

Zenové mistři

Ko Bongova mysl „zkoušej to“

Zenový mistr Ko Bong (1890-1962) byl jedním z největších učitelů své doby. Bylo o něm všeobecně známo, že odmítá učit mnichy, protože jsou prý příliš líní a arogantní na to, aby mohli být zenovými studenty. Proslul také svým nekonvenčním chováním.

Ko Bong Sunim neměl rád zpěvy. Jeho meditací bylo vždy a za všech okolností sezení. To byla jeho praxe.

Jednou, ještě jako mladý mnich, pobýval nějaký čas v malém klášteře v horách. Opat byl na několik dní pryč a Ko Bong Sunim tam byl docela sám. Jednoho rána vystoupala po příkré cestě nahoru k chrámu jakási stará žena; na zádech nesla ovoce a pytel rýže. Když přišla do sálu dharmy, našla tu Ko Bong Sunima, jak sedí o samotě a medituje.

„Sunime, velmi se omlouvám, že ruším,“ řekla. „Právě jsem došla sem nahoru, abych tyto věci obětovala Buddhovi. V mojí rodině je plno trápení a já bych chtěla, aby za ně někdo zazpíval speciální zpěvy. Pomoz mi prosím.“

Ko Bong Sunim zvedl hlavu. Jeho tvář byla velmi smutná a upřímná. „Samozřejmě,“ řekl. „Velmi rád to pro tebe udělám. Žádný problém.“ Vzal jí pytel rýže z ramen a šli spolu do kuchyně, aby připravili jídlo na oltář. Když začali umývat ovoce, Ko Bong řekl: „Nevím, jak se vaří rýže. Ty uvař rýži a já zatím začnu zpívat.“

„Ano, sunime. Mnohokrát děkuji.“

Ko Bong Sunim odešel do svého pokoje, aby si oblékl své formální šaty. Ale protože sám nikdy nezpíval, žádné buddhistické zpěvy neuměl. Vylovil proto odněkud starou taoistickou sútru a donesl ji do sálu dharmy. Vzal moktak a začal do něj tukat, odříkáváje přitom řádky z taoistické knihy. Většinou to je tak, že se určité sútry, například Sútra tisíce očí a rukou, zpívají při určitých příležitostech, to ale Ko Bong Sunim nevěděl. Tloukl do moktaku a nahlas zpíval taoistickou sútru, nahlížeje přitom do staré knihy. Asi za hodinu skončil.

Stará žena byla nesmírně šťastná. „Děkuji ti, sunime, mnohokrát děkuji. Jsi velmi laskavý. Cítím se teď o tolik líp.“ A odešla.

Jak tak cupitá dolů, potká opata, který je zrovna na cestě zpátky do kláštera. „Dobrý den, paní Lee – odkudpak jdete, z kláštera?“

„Ano. V mé rodině je plno trápení, přišla jsem proto nahoru za Buddhou. Ko Bong Sunim mi pomohl.“

„Ale to je špatné,“ řekl opat.

„Pročpak?“

„Protože Ko Bong Sunim nezná žádné zpěvy. Někdo jiný by ti snad mohl pomoci, ale...“

„Ne, ne,“ řekla žena. „Šlo mu to skvěle. Velice mi pomohl!“

Opat se na ni podíval. „Jak víš, jak dobře mu to šlo? To jsou speciální zpěvy! Ko Bong neví, jak se zpívají – on zpěvy neumí.“

„Já vím, že ne.“ Tato stará žena byla kdysi mniškou, měla proto ve zpěvech docela přehled. Dobře věděla, že Ko Bong Sunim zpívá taoistickou sútru. „Ale co jsou to ‚správné‘ zpěvy? Naopak – zvládl to velmi dobře. Pouze zpíval na sto procent. Slova nejsou důležitá. To jediné, na čem záleží, je, jakou mysl při tom člověk udržuje. Ko Bong Sunim měl pouze mysl ‚zkoušej to‘ – jenom to dělej.“

„Ano, jistě, samozřejmě,“ odpověděl opat. „Řekl bych, že tato mysl je opravdu velmi důležitá.“ Rozloučili se a šli každý dál svou cestou. Když přišel opat do chrámu, našel Ko Bong Sunima, jak opět sedí a medituje. „Zpíval jsi za paní Lee?“

„Ano.“

„Ale vždyť o zpěvech nic nevíš.“

„To je pravda,“ odpověděl Ko Bong Sunim. „Nic o zpěvech nevím. Proto jsem jenom zpíval.“

„A co jsi tedy vlastně zpíval?“ zeptal se opat.

„Našel jsem starou taoistickou knihu.“

Opat odešel, škrábaje se přitom na hlavě.

To je velice důležitý příběh o mysli „zkoušej to“. Říká: okamžik za okamžikem to „pouze dělej“.

Udržuj pouze zkoušející mysl, pouze jedinou mysl: mysl „dělej to“.

Když zpíváš, sedíš nebo se klaníš, jenom to dělej. Jsi-li připoutaný ke svému myšlení a tvá mysl se hýbe, praxe ti nepomůže. Taoistické zpěvy, konfuciánské zpěvy, křesťanské zpěvy, buddhistické zpěvy – na tom nesejde. I kdybys skandoval „Coca Cola, Coca Cola, Coca Cola...“, bude to správné, udržuješ-li přitom svou mysl jasnou. Pokud však tvá mysl jasná není, ani sám Buddha ti nemůže pomoci. Nejdůležitější věc je: jenom to dělej. Pokud něco děláš na sto procent, není žádný subjekt ani objekt. Není žádné uvnitř ani vně. Uvnitř i vně jsou už jedno. To znamená, že ty a celý vesmír jste jedno a nejste nikdy oddělení.

Bible říká: „Buď klidný a věz, že já jsem Bůh.“ Jsme-li klidní a nic nevytváříme, jsme s Bohem stále spojeni. Být klidný znamená udržet svou mysl v klidu, i když se naše tělo pohybuje nebo něco děláme. Pak není žádný subjekt ani objekt, mysl je úplně klidná. To je Buddhova mysl naprostého klidu. Když sedíš, buď klidný. Když zpíváš, buď klidný. Když se klaníš, jíš, mluvíš, jdeš, čteš nebo řídíš, pouze buď klidný. To je udržování nehybné mysli neboli mysli „pouze to dělej“. Říkáme jí také mysl „zkoušej to“.

– Přeložil Jirka Lněnička

Copyright © 2009 Zenová škola Kwan Um

Dobří herci

Řeč dharma (Olomouc)

Dnes pro vás mám takovou otázku: jak vyvážete ze samsáry, jak se zbavíte utrpení?

My všichni, kdo jsme dnes tady, máme velké štěstí, protože máme k praxi velmi dobré podmínky. Můžeme si navzájem pomáhat a podporovat se, nikdo a nic nám nebrání sem přijít a praktikovat, leda naše mysl „já, můj, mně“. Často, když chceme jít na ústraní nebo dělat poklony či sedět zazen, jako by tam vzadu v hlavě říkal tichounký hlásek: Ještě chvíli... udělám to později... nejdřív musím umýt nádobí... někomu zavolat... nebo ještě udělat tohle a tamhleto. Takže svým způsobem je příležitost, jakou máme teď tady, dobrou situací, protože špatná situace je dobrou situací a dobrá situace špatnou situací. Důležité je, že jste tu a chcete praktikovat.

Co to ale vlastně znamená – praktikovat? Někdy si říkáme:

„Udělám pár tisíc poklon, budu deset hodin sedět a něco získám.“ Jenže takhle to právě nefunguje. Není-li váš směr jasný, můžete dělat miliony poklon a sedět celé dny a noci, a nic se nestane... Nanejvýš vás možná budou hodně bolet nohy a po nějaké chvíli to vzdáte.

„Nohy mě bolí, cítím celé tělo – a nic z toho!“ Máte-li naopak směr jasný, bude vaše praxe nepřetržitá, 24 hodin denně. Jenže ve skutečnosti si mnoho lidí klade tu otázku takto:

Co vlastně chci? Proč praktikuji? Abych dostal co?

Často chceme od praxe něco získat. Dosáhnout osvícení ale znamená všechno ztratit – ne něco získat. Nic nezískáváme, všechno naopak ztrácíme. A na to musíme být připravení. Připravení ztratit opravdu vše, veškeré iluze, které o sobě máme. To není snadné. Nelíbí se nám to. Chceme si ponechat aspoň nějakou malou iluzi, abychom měli alespoň něco; nějakou jistotku, k níž bychom se mohli upřít a cítit se bezpečně.

Znám celou řadu studentů, kteří mají ideální podmínky – mohou praktikovat, kolik jen chtějí. Nedávno proběhlo ve Varšavě setkání učitelů dharma. Učitel dharma je někdo, kdo praktikuje už několik let. Je to dobrá zkouška. Na začátku máte inspiraci a motivaci, chcete něco získat – a po několika letech praxe se pak stanete učitelem dharma. Tím už získáváte určitý status: dostanete dlouhé šaty, také jste už vyslechli spoustu řečí dharma a zenové učení už znáte velmi dobře.

„Jdi pořád přímo! Dělej vše na 100%!“ Být učitelem dharma je velmi nebezpečné období, protože si můžete začít myslet:

„Žádný problém. Zen je velmi jednoduchý. Už jsem něco získal.“ Člověk si myslí, že už se toho mnoho získat nedá. „Když budu hodně zoufalý, můžu se ještě stát Dži Do Pop Sa Nimem.“ Ale to znamená spoustu práce, proto si většina lidí řekne:

„Možná později. Nejdřív si to v životě nějak zařídím, budu mít děti, postavím si dům, koupím si auto – a pak uvidíme.“

Ale vraťme se zpátky k onomu setkání učitelů dharma, na němž jsem si uvědomila, že lidé, kteří nějakou dobu praktikují, začnou mít často po nějaké době sklon k lenosti. Stále praxi věří, mají motivaci stát se Buddhou a dosáhnout osvícení. Je to skvělá myšlenka, každý něco takového chce. Ze všeho nejpotřebnější je ale sebekázeň, disciplína. A právě disciplína je něco, co mnoho starších studentů ztrácí. Disciplína znamená každé ráno vstát, nezávisle na situaci a podmínkách – prostě vstát. Je to potřeba, protože naše situace, podmínky i otázky neustále přicházejí a odcházejí, neustále se mění. Jsou období, kdy jde v životě všechno samo, žádné problémy – a naše mysl z pohodlní: „Dobře, dobře, udělám to zítra... zítra už určitě vstanu a... žádný problém... teďka si dám malou pauzu.“ Jenže život je velice krátký – den a noc, noc a den – a konec. Možná se probudíte,

protože slyšíte nějaké utrpení klepat na dveře a pak si pomyslíte:

„Musím jít a udělat nějaké poklony!“

Minulou neděli jsme se zase všichni sešli, v centru byla velká Ceremonie Dne Buddhova osvětlení.

Je prima, že takové ceremonie jsou – díky nim zase po čase vidím všechny učitele dharmy a všechny starší studenty. Teď už vím, k čemu takové ceremonie vlastně jsou! Přišel ke mně jeden student, který byl vždycky velmi nesmělý a nikdy nic neřekl, a povídá: „Přišel jsem na tohle ústraní, ale je to už moje poslední. Zen není nic pro mě. Praktikoval jsem šest let a nic se nestalo.“

Zeptala jsem se ho: „A kdy jsi byl naposledy na nějakém ústraní?“ Chvilku přemýšlel a pak řekl:

„Asi před čtyřmi nebo pěti lety.“

„A jak vypadá tvoje každodenní praxe?“

„No, někdy ráno vstanu a udělám 108 poklon a pak čtvrt hodiny sedím, ale každý den nemůžu, jen občas.“

„Tak co bys chtěl? Dostal jsi jen to, co jsi do toho vložil – moc toho není, protože jsi toho moc neudělal.“

Zkuste ve svém životě myslet na tyto tři věci: na předpisy, meditaci a kóany. Budete-li praktikovat těmito třemi způsoby, je to, jako byste běželi po třech drahách zároveň. Pak porostete velmi rychle, protože všechny tyto tři formy praxe vyžadují určitou disciplínu. A tu potřebujeme vždycky, když se chceme něco naučit. Meditací můžeme dosáhnout samádhi, to znamená čisté mysli. Meditace je jako vítr na obloze – čím víc praktikujeme, tím víc vítr fouká a zahání mraky pryč. Žádná meditace – žádný vítr. A obloha je jen šedá jako dnes. Pak je tu kóanová praxe, tedy moudrost. Zen, to není jenom sezení. Sezení vám dá dobrý pocit. Po třech dnech to možná nepoznáte, ale když sedíte na ústraní týden, nebo třeba i několik měsíců, vaše mysl se usadí a je jako klidné moře – tiché a mírné. Nejbáječnější pocit, jaký jste kdy zažili. V sútrách se tomu říká „blaženost klidu“. Ale tam se nemůžete zastavit. Jste-li zenoví studenti, musíte jít také občas na rozhovor a někdy se prostě ztrapnit. Ne vždycky chceme dojít k moudrosti zrovna takto; nikdo si nechce připadat jako hlupák nebo mít pocit, že propadl u zkoušky. Pro mnoho lidí je to jako návrat do školních časů – špatné známky, nepříjemné pocity... a zase jedna taková špatná známka.

Kolikrát jsem se já ztrapnila a cítila se strašně! Pamatuji se na jeden rozhovor se zenovým mistrem Seung Sahnem, při kterém jsem udělala tu známou bláznivou věc, kterou děláme místo odpovědi, a nikdy nezapomenu, jak se na mě v tu chvíli podíval: Cože??? Neuměl nic skrývat – a já jsem z toho vyčetla něco na způsob: co to tady vyvádíš? Zenový mistr Seung Sahn byl velký zenový mistr, a tak stres, který jsem v tu chvíli zažívala, byl velmi intenzivní. Naučil mě nebrat sama sebe tak vážně.

„Dobře, tak jsem hloupá, a co. Však ani on neměl vždycky tolik moudrosti.“

Kóanová praxe má mnoho funkcí. Jednou z nich je, že když člověk nějakou dobu praktikuje, nabude dojmu, že už všemu rozumí, obzvláště pokud chodí na rozhovory zřídka a praktikuje jenom doma.

Na rozhovoru pak přijde velké „nevím“. A najednou je jasné, že je potřeba praktikovat víc. Kdysi jsem měla studentku, která znala odpověď na svůj kóan víc než půl roku, ale nedokázala prostě sebrat odvalu a udělat to. Až teď při posledním týdenním ústraní – a obě jsme z toho měly obrovskou radost. Byl to báječný zážitek.

Zenový mistr Seung Sahn nás učí, že se musíme stát dobrými herci. Protože celý tento svět je jako jedna velká místnost na rozhovory a když se něco v této své roli, v onom důvěrném vztahu učitel–žák naučíme, hodí se nám to pak i v běžném životě. Vzpomínám si, jak jsem jednou dlouho nemohla na jeden kóan najít odpověď a začala jsem si říkat – k čemu vlastně všechny ty dávné příběhy o starých zenových mistrech jsou? S mým životem nemají nic společného. Před mistrem

Seung Sahnem jsem se o tom nezmínila, ale on mi přesto řekl: „Jestli máš s kóany problémy, máš problémy i ve svém životě.“

Kóany jsou takové malé brány, které jednu po druhé otvíráme. Brána citů, brána plachosti, brána vnímání a mnoho dalších bran. Situace v našem životě sice nejsou totožné se situacemi v kóanech; člověk běžně nevisí svázaný na stromě (smích), no, leda snad někdy. Ale jde o to, že když dokážete tuto bránu otevřít, pomůže vám to pak i v běžném životě.

Otázka: Jsou-li kóany jako brány, které otvíráme, je tam za nimi něco, když je otevřeme? A otevře se najednou všechno?

Bon Shim: Může se zdát, že tenhle proces otvírání nemá konce. Moje zkušenost s praxí je, pravda, dlouhá jen dvacet jedna let, ale připadá mi, že čím déle praktikuji, tím víc vidím bran, které je ještě třeba otevřít.

Otázka: A tempo toho otvírání zůstává stejné?

Bon Shim: Tempo je zajímavá věc, protože nějakou dobu děláte velké kroky kupředu. Vzpomínám si na jedno konkrétní ústraní, kde jsem udělala opravdový pokrok, a později mi přišlo, že chodím v kruhu pořád dokola. Rychlost pokroku je zvláštní věc – ale takhle to člověku prostě někdy připadá. Pokud praktikujete, nikdy se nepropadáte zpátky, pořád se vyvíjíte. Pokud je však váš zvyk něco očekávat silný, budete chtít, aby se něco stalo – nějaká světla, zázraky. A pak si řeknete: ano, osvětlení už je nadosah!

O očekáváních vypráví jeden příběh, který mně osobně velmi pomohl. V naší zenové tradici existuje jedna slavná dvojice učitele a žáka, Nam Čeon a Džo Džu (který se později stal také velkým mistrem). Džo Džuovi bylo v době našeho vyprávění šedesát a prakticoval už čtyřicet let.

Prakticoval velmi upřímně a stále se ptal Nam Čeona: „Mistře, co je Pravá Cesta?“ Bylo to jako ptát se: o čem je život? V jeho světě to byla velmi zásadní otázka. Během letošního zimního kjoľče ve Varšavě po mně jedna studentka, kterou už dlouho znám, chtěla totéž: „Známe se už tak dlouho, tak mi prozrad' to tajemství. Mně to můžeš říct.“

Začala jsem se smát a řekla jsem jí, že největší ironií je, že ona už to tajemství má, ale že jenom ona ho může objevit. Často si myslíme, že to má nějaký skrytý význam, když učitel říká, že obloha je modrá. Nam Čeon odpověděl na stejnou otázku takto: „Je to každodenní mysl, nic zvláštního. “Vyměňovat dítěti plínky, to je Pravá Cesta, nebo pít pivo s kamarádem. Všední život je Pravou Cestou.

Ale Džo Džu tomu nemohl uvěřit, a proto se zeptal: „Mám se toho držet?“ Nam Čeon řekl: „Budeš-li se toho snažit držet, už děláš velkou chybu.“

„Ale když se toho nebudu držet,“ zkoušel to ještě Džo Džu, „jak potom můžu porozumět?“ Pořád měl ještě silný zvyk chtít porozumět, o čem to celé je. Všichni tuhle chybu děláme, kolikrát jen se snažíme porozumět skrze myšlení!

Nam Čeonův poslední úder zněl: „Chceš-li porozumět... porozumění je iluze, neporozumění prázdnota. Chceš-li doopravdy porozumět... Pravá Cesta je před myšlením, čistá, jasná, nekonečná. Tak proč vytváříš správné a špatné?“ Když to Džo Džu uslyšel, jeho mysl se zcela otevřela.

Tento příběh obsahuje velké učení. Když jsem ho slyšela poprvé, myslela jsem si: Džo Džu prakticoval celých čtyřicet let, to nezní zrovna dobře. Všichni si na začátku myslíme, že budeme tvrdě prakticovat, dotáhneme to do konce – a pak se vrátíme zpět ke svým každodenním radovánkám nebo čemu. Džo Džuových čtyřicet let praxe mi ukazuje to, co dělám, v pravém světle. Nam Čeon řekl, že každodenní život je Pravou Cestou, a to je také dobré učení, protože většina z nás chce něco zvláštního, nějaký zázrak. On tam opravdu je – je to zázrak praxe a toho, jak se díky

ní měníme! To je pro mě opravdový zázrak – vidět, jak se lidé mění. Jen tak znenadání se to ale většinou nestane. „Týjo. Mohl bych tady v sále dharmy létat!“ Tak to není...

Takže se pojďme vrátit k tomu opravdovému zázraku a pokračovat v našich strašlivých kóanových rozhovorech!

– Přeložil Jirka Lněnička

Copyright © 2009 Zenová škola Kwan Um

Pro co a pro koho?

Řeč dharma pronesená u příležitosti 30. výročí vzniku školy
6. dubna 2002, v zenovém centru v Providence.

(Zvedá nad hlavu zenovou hůl.)

Tato hůl...

(Udeří holí do stolu.)

... tento zvuk... a tato mysl.

Jsou stejné, nebo se liší?

Tak zněl jeden z prvních kóanů, na který si vzpomínám a který mi kdysi položil můj učitel, zenový mistr Seung Sahn.

Mezi to nejcennější, co jsem si z Doyle Avenue odnesla a čeho se mi od tohoto učitele dostalo, byla jeho horlivost, otevřenost a velké nadšení učit. Bylo to jako magnet, neustále mě to k sobě táhlo... pojď, pojď, pojď. Jenže já měla pochyby – protože tohle bylo něco jiného než japonská tradice, a všechno, co jsem já do té doby přečetla a co mě hrozně přitahovalo, byl japonský styl: ten jejich jednoduchý oltář, odstíny šedé, tu a tam trocha černé a zlaté... A tady (ukazuje k oltáři za sebou) bylo tohle.

Jedno z nejdůležitějších učení říká, že forma je prázdnotou a prázdnota je formou. Proto i učení zenového mistra Seung Sahn bylo od samotného počátku velmi prosté: forma je prázdnotou, prázdnota je formou; potom: žádná forma, žádná prázdnota; potom: forma je formou a prázdnota je prázdnotou. Slyšíte to, a třeba se i snažte tomu porozumět, nakonec vás to ale stejně vždycky dovede k praxi, a tedy k vnímání těchto věcí.

Řada lidí totiž tomuto prostému kóanu – tato hůl, tento zvuk a vaše mysl: jsou stejné, nebo se liší? – nerozumí. Možná, že na konci své dnešní řeči tento kóan zodpovím, ale polovina z vás to ani nepostřehne, protože mu zatím nerozumí. A právě to je důvod, proč praktikujeme. Někteří možná mou odpověď postřehnou a pomyslí si: „Vždyť já to chápu. To je ono! Je to tak prosté, tak úžasné.“ A přesto ani většina z těch, kdo už tomuto kóanu rozumějí, jej ještě nedosáhla. Proto vždycky říkáme: „Porozumění ti nepomůže.“ I to jsem se naučila od zenového mistra Seung Sahn. Po pěti týdnech ve Státech už uměl trošku anglicky a pronášel všechny tyhle jednoduché věty s obrovským entuziasmem.

Michael Konstan řekl: „Dej študákovi najíst a přijde zas.“ Já jsem nestudovala, byla jsem zdravotní sestra, ale znovu jsem přišla taky. Jídlo bylo vynikající. Zenový mistr Seung Sahn nám vždycky dělal domácí nudle. Vyválel vždycky to svoje těsto a potom nožem nakrájel velké, ploché nudle a hodil je do miso polévky; přidal k tomu vždycky spoustu másla, kim-či, arašídového másla a tofu a brambor. Vypadalo to dost divoce... Ale chutnalo to dobře. Vzpomínám si, jak jsem ho jednou viděla to vařit. Krájel cibuli, slupky padaly na podlahu... a on je vždycky jen nohou šoupl pod sporák. No a já, v hlavě všechny ty knihy o japonském stylu a japonské kuchyni, jsem si říkala: „Ježíšmarjá, strkat slupky pod sporák – copak se dá něco takového vůbec ospravedlnit? To přece není správný zen!“ Nakonec byla polévka hotová – opravdová delikatesa! A tehdy mi to začalo docházet: pro co a pro koho. Co uděláte s miskou uvařené polévky? Nasýtla vás? Co uděláte s tím nasycením? Seženete po jídle hospodáře, aby ten nepořádek uklidil. Hospodář jsem byla já.

Už tu dnes zaznělo, že studenti přicházejí a odcházejí. Když jsem se poprvé dozvěděla, že mám pronést tuto řeč, pomyslela jsem si – ne, hlavně mi neříkejte, že to jsem já, ta nejstarší, ta, co to vydržela celých těch třicet let. A pomyslela jsem si „propána, kde vlastně všichni jsou, vždyť mi

chybí...“ Někteří odešli... kdybychom prý věci dělali tak a tak, a kdybychom to jen dělali jinak, a kdyby to jen zenový mistr Seung Sahn dělal tak nebo onak, víc by jich zůstalo a sedělo tu dnes s námi... To je to, čemu říkáme kontrolování. Kontrolující mysl. Ze všeho nejdůležitější však je – být tady. Jenom to (luskne prsty): být tady, bdělí a doopravdy živí, právě teď.

O mistru Seung Sahnovi se vypráví spousta historek. Jednou jsme třeba spolu jeli domů z Cambridge. Bylo asi deset večer, oba jsme byli unavení. Bylo to v létě a ve světle reflektorů bylo vidět spoustu hmyzu. Jeden takový brouk nám přistál na předním skle. Jeli jsme asi stovkou. Brouk narazil na přední sklo, stále ale kmital křídýlky. Narazil při rychlosti sto kilometrů za hodinu, takový brouček – logicky jsem usoudila, že už to má odbyté. Ale on se pořád hýbal, jako by byl ještě živý. Zenový mistr Seung Sahn seděl na sedadle spolujezdce a pořád se na něj díval a díval a pak najednou řekl: „Zastav!“ Zajela jsem ke kraji. Vystoupil, vyškrábal se na kapotu a pozorně si brouka prohlédl. Auta kolem svištěla jako o závod. Jasně: byl mrtvý. Že ještě žije, bylo už jenom zdání. Ale ta pramalá pravděpodobnost, že možná trpí, že možná je tu ještě nějaká naděje a možnost položit ho někam na trávu – zůstávala v Seung Sahnově vědomí. Bylo to lepší než všechny řeči dharmy, které jsem kdy slyšela. Prostě tak – když otázku „můžu vám nějak pomoci?“ doopravdy žijete. Je ještě něco, co bych mohl udělat, přestože se zdá, že už žádná možnost není? Třeba ještě je, možná ano.

Teď je vážně nemocný. Já pracuju jako sestra v hospici a když slyším, že je v nemocnici, že má respirátor a je na dialýze, že se řada různých přístrojů snaží udržet jeho životně důležité orgány v chodu, cosi mi říká, že to už stejně nemá smysl – když se srdce jednou zastaví, proč ho znovu rozcházet. To jsem já. Nemám jeho tělo. Nejsm tam s ním. A přece lidé chtějí, aby žil, a on chce žít kvůli nim. Miluje léky. Každý, kdo ho znáte... ty jeho pilulky, lahvičky... vždycky měl ve svém pokoji spoustu léků a kolem sebe plno lékařů. To je to, co dělá. Používá své lékaře, své léky, všechny ty moderní přístroje, svým vlastním způsobem. A stejně jako ten brouk na předním skle má možná ještě kus života před sebou – dva, možná tři roky, možná se ještě dožije sjednocení Severní a Jižní Koreje a třeba uvidí, jak se korejská sangha v New Yorku stěhuje na Manhattan. To nikdo z nás neví. Ještě má onu mysl „ještě ne, ještě ne, ještě to nevzdávej“. To samo o sobě není správné ani špatné – jestli to necháte být a postupně svůj život uzavřete a zemřete vsedě někde v klášteře v horách nebo v nemocnici – v tom to není. Záleží jen a jen na tom: pro co, pro koho žiju a co jsem? Chtěla bych tu dnes připomenout dva ze svých oblíbených příběhů z Odklepávání popela na Buddhu. Je to nádherná kniha. Dvakrát jsem absolvovala dlouhé ústraní o samotě a na obě dvě jsem si vzala tuhle knížku s sebou. Má sto kapitol, na každý den mi proto vyšla jedna. První příběh je o drahé dharmě. Jmenuje se „Moje dharma je příliš drahá.“ Je to úžasný kraťoučký příběh; připomíná mi naši cestu na tomto světě.

Žák přijde za učitelem a říká: „Prosím, dej mi svou dharmu, své učení.“ Učitel odpoví: „Kdepak, moje dharma je pro tebe příliš drahá. Co mi za ni dáš?“ Žák vytáhne svých 75 centů, nebo kolik má zrovna v kapse, a říká: „To je všechno, co mám. Všechny moje peníze. Dám ti je.“ Nato učitel řekne: „I kdybys měl deset miliard dolarů, nestačilo by to.“

Žák odejde, sedne si a mudruje – co to znamená? Příliš drahá, drahá... Aha! Vráti se k učiteli a řekne: „Dám ti svůj život. Budu do smrti zadarmo pracovat pro klášter. Udělám pro tebe cokoli.“ A učitel zase odpoví: „Deset miliónů takových životů je jako nic, to nestačí. Moje dharma má mnohem větší cenu.“ Žák zase odejde, sedne si a přemítá... ááá, už to mám. „Dám ti svou mysl,“ řekne učiteli. Učitel nato: „Nechci tvou mysl, je to jen hromada odpadků. Moje dharma má mnohem, mnohem větší cenu.“ Žák se zase vrátí a sedne si... tak co to tedy je? Tentokrát chvíli doopravdy jenom sedí a najednou (tleskne rukama) KATZ! Najednou je jeho mysl prázdná: Nevím.

Jenom to. Opravdu jasné, opravdu dobré. Jenže učitel si stále vede svou: „Kdepak, moje dharma je daleko, daleko cennější. Děláš si ze mě legraci?“

To už je žák dočista zmatený, a taky už začíná mít pořádný vztek. Co může být lepšího než prázdnota? Co je lepší než ten jeden okamžik úplného klidu, kde není žádná myšlenka, kde není nic, vůbec nic? A pak, po šesti měsících nebo možná šesti letech získá žák to, čemu říkáme druhé osvícení. Běží za učitelem a volá: „Už to mám!“ „Co?“ zeptá se učitel. Student nato: „Obloha je modrá, tráva zelená.“ Učitel se rozčílí: „Co jsi to proboha za studenta? Vždyť to je hrůza. Něco takového dovede říct každý.“ Zvedne se a odchází. V tu chvíli se student strašně vytočí a volá za odcházejícím učitelem: „Víš co? Tak si tu svou dharmu strč někam!“ Učitel jde dál jakoby nic, pak se náhle otočí a řekne: „Hej ty!“ Student se také otočí a učitel řekne: „Neztrať moji dharmu.“ Stačila jedna jediná upřímná, opravdová věta – „strč si to někam!“ Ale tato věta patřila zcela a úplně studentovi. Vzešla z něj samotného, zevnitř, z jeho důvěry v sebe sama.

Když vzpomínám na zenového mistra Seung Sahn, vybaví se mi, jak moc nás v tomhle podporoval: abychom se učili věřit sami sobě. Co jsi? Co jsem? Co je tohle? V tom bylo celé jeho učení. Občas jsem za ty roky slyšela lidi říkat: „Co si počneme, až nás mistr Seung Sahn opustí? Co se stane?“ Ale tohle nezemře... to, že dokážeme pracovat – učit se věřit v sebe sama, učit se vědět, kdo jsme a jaký je náš úkol. Vždycky mi říkával: „Z tebe bude jednou mniška.“ „No, ale když mě zrovna baví být zdravotní sestrou,“ říkávala jsem na to já. „Pch, zdravotních sester jsou milióny. Deset sester koupíš za pěták. Kolik žen doopravdy dosáhne dharmy a stane se velkou učitelkou?“ Stále jsem měla tu kontrolující mysl. Ale pořád jsem byla tou zdravotní sestrou. Říkal mi, že to nemám dělat, ale tím mě vlastně jen naučil věřit víc v sebe sama. A tato sebedůvěra pochází odtud (ukazuje na své hara). Co jsi? Co je tohle?

Kdysi jsem někde četla, že dobrý učitel se pozná podle toho, jsou-li jeho studenti čistší a jasnější než on sám. Když si věří a přestanou naslouchat učiteli a jenom se sami sebe ptají: „co jsem?“ a pak to prostě dělají. Učení samozřejmě naslouchat nepřestanou, to je něco jiného než učitel. Tedy: dávat pozor, okamžik za okamžikem, co jsem? To je celé. Ráda vás tu dnes všechny vidím a jsem moc ráda, že můžu odložit tu kontrolující mysl a ocenit, že každý z nás přichází a odchází a zkouší to stále znovu a znovu.

Ten druhý příběh z Odklepávání popela na Buddhu, o kterém jsem tu chtěla zmínit, je o mnichu převozníkovi. Kdysi dávno byli dva žáci jednoho zenového mistra, který jim, když už byl starý a cítil, že jeho smrt se blíží, předal dharmu. První žák bývá popisován jako vysoký a silný, rozložitý muž, proslulý svým učením, skvělou technikou, úžasnou dharmou. Když starý mistr zemřel, připadla starost o klášter jemu. Učil stovky mnichů, byl to báječný, skvělý chlap. Druhý mnich byl postavou menší, povahou tišší, dával přednost samotě a spousta lidí si ho vůbec nevšimla. Tu a tam řekl něco, co si lidé zapamatovali, většinu času ale trávil mlčením.

Po čase se rozhodl z kláštera odejít, usadil se v jiné provincii a jezdil tam s loďkou po řece jako převozník. Nechal si narůst vlasy a přestal nosit mnišské šaty. Nikdy se však neoženil – uvnitř zůstal mnichem i nadále. Jen navenek už nebylo z jeho minulosti nic znát. Ještě před odchodem z kláštera řekl svému bratrovi v dharmě: „Každý jsme úplně jiný. Pošli mi ale časem aspoň jednoho žáka, abych mohl splnit závazek, který mám k našemu učiteli.“

Roky plynuly... Mnich, který zůstal v klášteře a stal se velkým zenovým mistrem, konečně našel pro druhého mnicha-převozníka toho správného žáka. Byl to skvělý člověk, jehož mysl byla velmi jasná, stále byl však velmi připoutaný ke slovům. Vydal se na cestu, dorazil až do oné provincie, setkal se s převozníkem a vypluli spolu přes řeku. Nejprve spolu vedli krátký dharmový rozhovor. Samá

slova. Na tom není nic špatného, souboj dharmy ale často bývá jenom spoustou slov, která se toho podstatného nedotknou, a tak tomu bylo i tentokrát.

Nakonec vzal převozník veslo a srazil jím žáka přímo do vody. Řekl mu: „Ani ta nejskvělejší řeč na světě není víc než provaz, ke kterému přivázali osla – osel stále krouží kolem dokola a dál než provaz nemůže nikdy dosáhnout.“ Žák se snažil vydrápat zpátky do člunu, mnich ho však znovu srazil do vody. A tím druhým úderem se žáková mysl otevřela. Dokázal se najednou od všech těch slov odpoutat. Pak spolu seděli nějakou chvíli v loďce a jejich mysli byly propojené. Potom mnich vysadil žáka na druhém břehu, vrátil se doprostřed řeky, obrátil loďku dnem vzhůru, zmizel ve vodě a už se nikdy neobjevil. Co je to učitel? Co je to zmizení? Neobjevuje se to, ani to nemizí, je to jenom – naslouchat, probudit se a jít za slova (tleskne rukama), ucítit to plesknutí a pak jenom udělat, co je třeba.

Ráda bych vyjádřila své velké poděkování zenovému mistru Seung Sahnovi. Víím, že by tu chtěl být s námi, a také tu s námi je. Chci mu poděkovat za všechnu tu práci a nevzdávání se, a že tak, jako to nevzdává dnes, nevzdá to do posledního dechu. A doufám, že každý z nás najde svou cestu, ať už je to řízení nákladáku nebo cokoli jiného a že to budeme dělat celým srdcem a ne jen pro sebe, ale pro všechny bytosti. Děkuji vám mnohokrát.

(Zvedá nad hlavu zenovou hůl.)

Tato hůl...

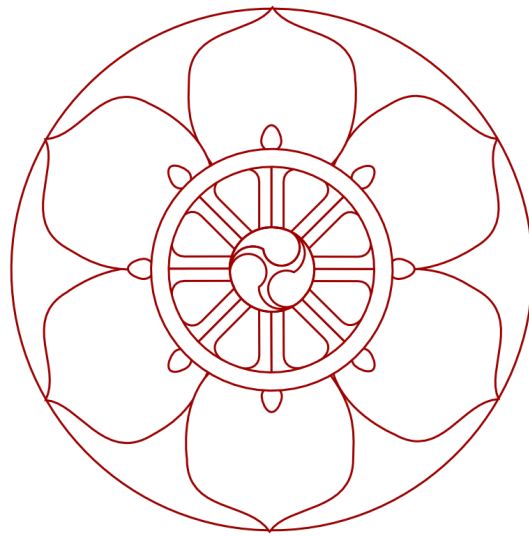
(Udeří holí do stolu.)

...tento zvuk... a vaše mysl. Jsou stejné, nebo se liší?

(Zvedá zenovou hůl nad hlavu a udeří s ní do stolu.)

Děkuji vám.

– Přeložil Jirka Lněnička



Zenová Mistrně
Bon Shim

Dobří herci
Řeč dharmy (Olomouc)

Dnes pro vás mám takovouto otázku: jak vyvážete ze samsáry, jak se zbavíte utrpení?

My všichni, kdo jsme dnes tady, máme velké štěstí, protože máme k praxi velmi dobré podmínky. Můžeme si navzájem pomáhat a podporovat se, nikdo a nic nám nebrání sem přijít a praktikovat, leda naše mysl „já, můj, mně“. Často, když chceme jít na ústraní nebo dělat poklony či sedět zazen, jako by tam vzadu v hlavě říkal tichounký hlásek: Ještě chvílku... udělám to později... nejdřív musím umýt nádobí... někomu zavolat... nebo ještě udělat tohle a tamhleto. Takže svým způsobem je příležitost, jakou máme teď tady, dobrou situací, protože špatná situace je dobrou situací a dobrá situace špatnou situací. Důležité je, že jste tu a chcete praktikovat.

Co to ale vlastně znamená – praktikovat? Někdy si říkáme: „Udělám pár tisíc poklon, budu deset hodin sedět a něco získám.“ Jenže takhle to právě nefunguje. Není-li váš směr jasný, můžete dělat miliony poklon a sedět celé dny a noci, a nic se nestane... Nanejvýš vás možná budou hodně bolet nohy a po nějaké chvíli to vzdáte. „Nohy mě bolí, cítím celé tělo – a nic z toho!“ Máte-li naopak směr jasný, bude vaše praxe nepřetržitá, 24 hodin denně. Jenže ve skutečnosti si mnoho lidí klade tu otázku takto: Co vlastně chci? Proč praktikuji? Abych dostal co?

Často chceme od praxe něco získat. Dosáhnout osvícení ale znamená všechno ztratit – ne něco získat. Nic nezískáváme, všechno naopak ztrácíme. A na to musíme být připravení. Připravení ztratit opravdu vše, veškeré iluze, které o sobě máme. To není snadné. Nelíbí se nám to. Chceme si ponechat aspoň nějakou malou iluzi, abychom měli alespoň něco; nějakou jistotku, k níž bychom se mohli upřít a cítit se bezpečně.

Znám celou řadu studentů, kteří mají ideální podmínky – mohou praktikovat, kolik jen chtějí. Nedávno proběhlo ve Varšavě setkání učitelů dharmy. Učitel dharmy je někdo, kdo praktikuje už několik let. Je to dobrá zkouška. Na začátku máte inspiraci a motivaci, chcete něco získat – a po několika letech praxe se pak stanete učitelem dharmy. Tím už získáváte určitý status: dostanete dlouhé šaty, také jste už vyslechli spoustu řečí dharmy a zenové učení už znáte velmi dobře. „Jdi pořád přímo! Dělej vše na 100%!“ Být učitelem dharmy je velmi nebezpečné období, protože si můžete začít myslet: „Žádný problém. Zen je velmi jednoduchý. Už jsem něco získal.“ Člověk si myslí, že už se toho mnoho získat nedá. „Když budu hodně zoufalý, můžu se ještě stát Dži Do Pop Sa Nimem.“ Ale to znamená spoustu práce, proto si většina lidí řekne: „Možná později. Nejdřív si to v životě nějak zařídím, budu mít děti, postavím si dům, koupím si auto – a pak uvidíme.“

Ale vraťme se zpátky k onomu setkání učitelů dharmy, na němž jsem si uvědomila, že lidé, kteří nějakou dobu praktikují, začnou mít často po nějaké době sklon k lenosti. Stále praxi věří, mají motivaci stát se Buddhou a dosáhnout osvícení. Je to skvělá myšlenka, každý něco takového chce. Ze všeho nejpotřebnější je ale sebekázeň, disciplína. A právě disciplína je něco, co mnoho starších studentů ztrácí. Disciplína znamená každé ráno vstát, nezávisle na situaci a podmínkách – prostě vstát. Je to potřeba, protože naše situace, podmínky i otázky neustále přicházejí a odcházejí, neustále se mění. Jsou období, kdy jde v životě všechno samo, žádné problémy – a naše mysl zpohodlní: „Dobře, dobře, udělám to zítra... zítra už určitě vstanu a... žádný problém... teďka si dám malou pauzu.“ Jenže život je velice krátký – den a noc, noc a den – a konec. Možná se probudíte, protože slyšíte nějaké utrpení klepat na dveře a pak si pomyslíte: „Musím jít a udělat nějaké poklony!“

Minulou neděli jsme se zase všichni sešli, v centru byla velká Ceremonie Dne Buddhova osvícení. Je prima, že takové ceremonie jsou – díky nim zase po čase vidím všechny učitele dharmy a všechny

starší studenty. Teď už vím, k čemu takové ceremonie vlastně jsou! Přišel ke mně jeden student, který byl vždycky velmi nesmělý a nikdy nic neřekl, a povídá: „Přišel jsem na tohle ústraní, ale je to už moje poslední. Zen není nic pro mě. Praktikoval jsem šest let a nic se nestalo.“

Zeptala jsem se ho: „A kdy jsi byl naposledy na nějakém ústraní?“ Chvilku přemýšlel a pak řekl: „Asi před čtyřmi nebo pěti lety.“

„A jak vypadá tvoje každodenní praxe?“

„No, někdy ráno vstanu a udělám 108 poklon a pak čtvrt hodiny sedím, ale každý den nemůžu, jen občas.“

„Tak co bys chtěl? Dostal jsi jen to, co jsi do toho vložil – moc toho není, protože jsi toho moc neudělal.“

Zkuste ve svém životě myslet na tyto tři věci: na předpisy, meditaci a kóany. Budete-li praktikovat těmito třemi způsoby, je to, jako byste běželi po třech drahách zároveň. Pak porostete velmi rychle, protože všechny tyto tři formy praxe vyžadují určitou disciplínu. A tu potřebujeme vždycky, když se chceme něco naučit. Meditací můžeme dosáhnout samádhi, to znamená čisté mysli. Meditace je jako vítr na obloze – čím víc praktikujeme, tím víc vítr fouká a zahání mraky pryč. Žádná meditace – žádný vítr. A obloha je jen šedá jako dnes. Pak je tu kóanová praxe, tedy moudrost. Zen, to není jenom sezení. Sezení vám dá dobrý pocit. Po třech dnech to možná nepoznáte, ale když sedíte na ústraní týden, nebo třeba i několik měsíců, vaše mysl se usadí a je jako klidné moře – tiché a mírné. Nejbáječnější pocit, jaký jste kdy zažili. V sútrách se tomu říká „blaženost klidu“. Ale tam se nemůžete zastavit. Jste-li zenoví studenti, musíte jít také občas na rozhovor a někdy se prostě ztrapnit. Ne vždycky chceme dojít k moudrosti zrovna takto; nikdo si nechce připadat jako hlupák nebo mít pocit, že propadl u zkoušky. Pro mnoho lidí je to jako návrat do školních časů – špatné známky, nepříjemné pocity... a zase jedna taková špatná známka.

Kolikrát jsem se já ztrapnila a cítila se strašně! Pamatuji se na jeden rozhovor se zenovým mistrem Seung Sahnem, při kterém jsem udělala tu známou bláznivou věc, kterou děláme místo odpovědi, a nikdy nezapomenu, jak se na mě v tu chvíli podíval: Cože??? Neuměl nic skrývat – a já jsem z toho vyčetla něco na způsob: co to tady vyvádíš? Zenový mistr Seung Sahn byl velký zenový mistr, a tak stres, který jsem v tu chvíli zažívala, byl velmi intenzivní. Naučil mě nebrat sama sebe tak vážně. „Dobře, tak jsem hloupá, a co. Však ani on neměl vždycky tolik moudrosti.“

Kóanová praxe má mnoho funkcí. Jednou z nich je, že když člověk nějakou dobu praktikuje, nabude dojmu, že už všemu rozumí, obzvláště pokud chodí na rozhovory zřídka a praktikuje jenom doma. Na rozhovoru pak přijde velké „nevím“. A najednou je jasné, že je potřeba praktikovat víc. Kdysi jsem měla studentku, která znala odpověď na svůj kóan víc než půl roku, ale nedokázala prostě sebrat odvalu a udělat to. Až teď při posledním týdenním ústraní – a obě jsme z toho měly obrovskou radost. Byl to báječný zážitek.

Zenový mistr Seung Sahn nás učí, že se musíme stát dobrými herci. Protože celý tento svět je jako jedna velká místnost na rozhovory a když se něco v této své roli, v onom důvěrném vztahu učitel–žák naučíme, hodí se nám to pak i v běžném životě. Vzpomínám si, jak jsem jednou dlouho nemohla na jeden kóan najít odpověď a začala jsem si říkat – k čemu vlastně všechny ty dávné příběhy o starých zenových mistrech jsou? S mým životem nemají nic společného. Před mistrem Seung Sahnem jsem se o tom nezmínila, ale on mi přesto řekl: „Jestli máš s kóany problémy, máš problémy i ve svém životě.“

Kóany jsou takové malé brány, které jednu po druhé otvíráme. Brána citů, brána plachosti, brána vnímání a mnoho dalších bran. Situace v našem životě sice nejsou totožné se situacemi v kóanech;

člověk běžně nevisí svázaný na stromě (smích), no, leda snad někdy. Ale jde o to, že když dokážete tuto bránu otevřít, pomůže vám to pak i v běžném životě.

Otázka: Jsou-li kóany jako brány, které otevíráme, je tam za nimi něco, když je otevřeme? A otevře se najednou všechno?

Bon Shim: Může se zdát, že tenhle proces otevírání nemá konce. Moje zkušenost s praxí je, pravda, dlouhá jen dvacet jedna let, ale připadá mi, že čím déle praktikuji, tím víc vidím bran, které je ještě třeba otevřít.

Otázka: A tempo toho otevírání zůstává stejné?

Bon Shim: Tempo je zajímavá věc, protože nějakou dobu děláte velké kroky kupředu. Vzpomínám si na jedno konkrétní ústraní, kde jsem udělala opravdový pokrok, a později mi přišlo, že chodím v kruhu pořád dokola. Rychlost pokroku je zvláštní věc – ale takhle to člověku prostě někdy připadá. Pokud praktikujete, nikdy se nepropadáte zpátky, pořád se vyvíjíte. Pokud je však váš zvyk něco očekávat silný, budete chtít, aby se něco stalo – nějaká světla, zázraky. A pak si řeknete: ano, osvětlení už je nadosah!

O očekáváních vypráví jeden příběh, který mně osobně velmi pomohl. V naší zenové tradici existuje jedna slavná dvojice učitele a žáka, Nam Čeon a Džo Džu (který se později stal také velkým mistrem). Džo Džuovi bylo v době našeho vyprávění šedesát a praktikoval už čtyřicet let.

Praktikoval velmi upřímně a stále se ptal Nam Čeona: „Mistře, co je Pravá Cesta?“ Bylo to jako ptát se: o čem je život? V jeho světě to byla velmi zásadní otázka. Během letošního zimního kjolče ve Varšavě po mně jedna studentka, kterou už dlouho znám, chtěla totéž: „Známe se už tak dlouho, tak mi prozrad' to tajemství. Mně to můžeš říct.“

Začala jsem se smát a řekla jsem jí, že největší ironií je, že ona už to tajemství má, ale že jenom ona ho může objevit. Často si myslíme, že to má nějaký skrytý význam, když učitel říká, že obloha je modrá. Nam Čeon odpověděl na stejnou otázku takto: „Je to každodenní mysl, nic zvláštního. “Vyměňovat dítěti plínky, to je Pravá Cesta, nebo pít pivo s kamarádem. Všední život je Pravou Cestou.

Ale Džo Džu tomu nemohl uvěřit, a proto se zeptal: „Mám se toho držet?“ Nam Čeon řekl: „Budeš-li se toho snažit držet, už děláš velkou chybu.“

„Ale když se toho nebudu držet,“ zkoušel to ještě Džo Džu, „jak potom můžu porozumět?“ Pořád měl ještě silný zvyk chtít porozumět, o čem to celé je. Všichni tuhle chybu děláme, kolikrát jen se snažíme porozumět skrze myšlení!

Nam Čeonův poslední úder zněl: „Chceš-li porozumět... porozumění je iluze, neporozumění prázdnota. Chceš-li doopravdy porozumět... Pravá Cesta je před myšlením, čistá, jasná, nekonečná. Tak proč vytváříš správné a špatné?“ Když to Džo Džu uslyšel, jeho mysl se zcela otevřela.

Tento příběh obsahuje velké učení. Když jsem ho slyšela poprvé, myslela jsem si: Džo Džu praktikoval celých čtyřicet let, to nezní zrovna dobře. Všichni si na začátku myslíme, že budeme tvrdě praktikovat, dotáhneme to do konce – a pak se vrátíme zpět ke svým každodenním radovánkám nebo čemu. Džo Džuových čtyřicet let praxe mi ukazuje to, co dělám, v pravém světle. Nam Čeon řekl, že každodenní život je Pravou Cestou, a to je také dobré učení, protože většina z nás chce něco zvláštního, nějaký zázrak. On tam opravdu je – je to zázrak praxe a toho, jak se díky ní měníme! To je pro mě opravdový zázrak – vidět, jak se lidé mění. Jen tak znenadání se to ale většinou nestane. „Týjo. Mohl bych tady v sále dharmy lítat!“ Tak to není...

Takže se pojďme vrátit k tomu opravdovému zázraku a pokračovat v našich strašlivých kóanových rozhovorech!

– Přeložil Jirka Lněnička

Copyright © 2009 Zenová škola Kwan Um

To, co je, úplně stačí

Část řeči dharmy pronesené 20. srpna 2008 během letního kjoľče v zenovém centru ve Varšavě. Kdysi byl jeden člověk velmi nemocný. Ptal se na radu mnoha lékařů, ale žádný z nich mu nedokázal pomoci – všichni vždycky jen bezradně rozhodili rukama. Nakonec se však na něj přece jen štěstí usmálo. Navštívil jednoho moudrého bylinkáře a ten mu řekl: „Pomohu ti. V horách nedaleko odtud roste v lese léčivá bylina. Budeš-li ji hledat přesně podle mé rady – trpělivě a pozorně – určitě ji najdeš a uzdravíš se.“

Muž se celý šťastný vydal bylinku hledat. Zpočátku hledal velmi trpělivě a pozorně. Ale jak čas ubíhal, jeho pozornost slábla – tam uviděl zajímavý keříček, tam zase hezkou skálu či kámen, a rady starého bylinkáře si připomínal stále méně a méně, až nakonec docela zapomněl, proč vlastně do lesa přišel a co tu hledá.

Tak to chodí i s námi praktikujícími. Velká otázka začne po nějakém čase slábnout. Přestaneme být začátečníky, stanou se z nás odborníci na meditaci a naše praxe uvázne na mrtvém bodě.

Když jsem dokončila svůj řidičský kurz a děkovala svému instruktorovi, řekla jsem mu, že doufám, že mu brzy nezkažím pověst nějakou dopravní nehodou. Odpověděl mi: „Žádný strach! Podle statistiky zavíní začátečníci nehody jen zřídka. Nejvíce nehod dělají ti, kteří už mají několik let za volantem za sebou. Ztratili už totiž onu počáteční ostražitost a pozornost a myslí si, že už vědí co a jak. Jenže pozor musí člověk dávat pořád.“

V jednom kóanu přichází jakýsi mistr za jiným mistrem a ptá se: „Kóan Mu má v sobě deset nemocí. Jak to, že se nenakazíš?“ Druhý mistr odvětí: „Stále chodím po ostří meče.“ To je opravdová bdělost! Jdeme-li po ostří meče, musíme být neustále ve střehu. Kdo nedává pozor, může si ublížit. Proto čím víc praktikujeme, tím opatrnější musíme být.

Zkusím teď rozvinout jedno učení, které se v této škole příliš nezdůrazňuje. Zenový mistr Seung Sahn často říkával: „Nechte to všechno být.“ Podobné je i učení Mistra Dogena: „Nechte své tělo a svou mysl být“. Nechat být ale neznamená něco opustit. Neříká se tím: odmítněte svou mysl a tělo. Znamená to: „Svou mysl a tělo prožijte. Prožijte, právě v tomto okamžiku, vše, co se s vaším tělem i vaší myslí děje...“

Dogen také říká: „Zabudte se v Buddhově domově a žijte v něm svůj život.“ Nemyslí tím ovšem nějakou nirvánu, kterou člověk možná zažije po intenzivní praxi – Buddhův domov, to je tento okamžik. Na „pouze tento okamžik“ či „pouze toto“ se nicméně můžeme dívat dvojím způsobem. Buď si řekneme: „Jenom tohle? A to má být všechno?“ A nebo k tomu můžeme přistoupit také úplně jinak.

Existuje na to také jeden kóan. Muž prchá před tygrem. Běží, běží, tygr je mu v patách, když tu se před ním znenadání objeví propast. V poslední vteřině se zachytí za stromek rostoucí nad propastí a visí dolů. Podívá se nahoru a spatří nad sebou zklamaného tygra, kterému se nezdařil lov a který dosud čeká na svou příležitost. Pak pohlédne dolů – a co nevidí: druhý tygr tam stojí s tlamou dokořán!

To je okamžik, kdy stojíme tváří v tvář životu a smrti. V tu chvíli není úniku. Je tu pouze „nevím, co teď“. A vtom si muž povšimne nádherné červené jahody, která tam ve skalní puklině roste. Se svou myslí „nevím“ se pro ni natáhne a – nirvána!

Přístup tedy může být dvojitý: buď zklamání (jenom tento okamžik – a to má být všechno?), anebo tento okamžik prožít – úplně, do dna. To je však možné jenom tehdy, když prožíváme to, co v dané situaci doopravdy je, a ne pouze to, co si o ní myslíme. Tento druhý přístup může být v životě velice užitečný. Pokud tak vše doopravdy prožíváte, neplýtváte svou energií na vytváření sebe sama nebo něčeho jiného a dokážete vnímat situaci právě takovou, jaká je. A podle toho na ni potom také reagovat.

Jediné, co musí člověk umět odložit, jsou věty typu: „Po několika týdnech kjolče bych už neměl tolik myslet“ (smích) nebo „Po tolika letech praxe už by měl být můj život lepší“. Takové stereotypy bez váhání zahodte. Když je necháte být, dokážete vše prožívat úplně. Neztratíte žádnou energii bojem. Nebudete bojovat s tím, co právě prožíváte (protože to není to, co jste chtěli), ale přijmete to za své. Nebudete bojovat, protože chcete jinou zkušenost – protože „by to mělo být jinak“.

Dogen řekl, že až do okamžiku smrti nevíme, co to je naprosté odevzdání se – teprve tehdy pochopíme, že není úniku. Že není třeba bojovat. To je nesmírně důležitá zkušenost – toto „není úniku“. Zkušenost kjolče – není úniku. V životě to funguje úplně stejně. A pak je tu jahoda (smích). Vždycky je tu nějaká jahůdka! Když se takovýmto prožitkům otevřete, pocítíte nirvánu... Přijde pocit, že „to, co je, vlastně úplně stačí“.

– Přeložil Jirka Lněnička

Podstatou naší praxe je najít ten poklad v sobě

Řeč dharmy zenové mistryně Bon Shim v pražském zen. centru, listopad 2012

Dnes večer jsme se sešli v malém počtu, ale to nevadí. V zenu se nikdy příliš nedbalo o kvantitu, ale o kvalitu.

Ráda bych dodala něco k tomu, co zde už bylo řečeno. Podstatou naší praxe je najít ten poklad v sobě.

Je smutné vidět kolem sebe, jak lidé hledají stále něco vně sebe – na ulici, v nákupních centrech, u baru... Utíkají tak sami od sebe, místo aby se na okamžik zastavili a pozorně se podívali dovnitř:

„Co to je?“

Nacházíme se na velmi důležitém místě, místě, kde se praktikuje. Zenový mistr Mang Gong – učitel našeho učitele – řekl, že sami sebe nemůžeme realizovat vně sálu dharmy. Toto je tedy jediné místo, kde můžeme sami sebe poznat.

Mnoho lidí medituje doma o samotě, protože je to pro ně snazší, než chodit do zenového centra. Když však sedíte jen sami doma, tak se ve skutečnosti nevidíte, a proto se to zdá snazší. Je ale velmi důležité přestat chránit sami sebe, a být sami k sobě upřímní, jediné tak můžeme uvidět to, co nám brání být spokojení a šťastní.

Zen se netýká života Buddhy, života všech těch vynikajících učitelů a bódhisattvů, nejsou to žádné teorie. Zen se týká našeho vlastního života.

Zenový mistr Dógen řekl, že studovat cestu, studovat tao znamená studovat lidský život. To znamená studovat sám sebe. A studovat sám sebe, znamená zapomenout sám na sebe. A zapomenout na sebe znamená být osvícen všemi věcmi. Studovat sám sebe tedy znamená podívat se pozorně dovnitř sebe sama a uvidět poklad. Když se opravdu podíváte, tak to najdete. Když se podíváte s opravdovým odhodláním a trpělivostí, tak to najdete.

Studovat sám sebe, znamená odhalit svou vlastní mysl. Buddha řekl, že vše vychází z naší mysli – vše je tvořeno naší myslí. A když praktikujete, tak můžete rozpoznat triky své mysli a odhalit tu hru, kterou s námi naše mysl hraje.

Dám vám příklad: když byl můj syn ještě dítě a chodil do první třídy, tak jsem se o něj velmi strachovala. Byl neobyčejně živý a nedokázal chvilku posedět. A když jsem tehdy sedávala v meditaci, tak jsem viděla, jak si můj syn rozrazil hlavu o ústřední topení ...a stále jsem si představovala, co všechno jiného by se mu ještě mohlo stát. Začala jsem si tedy klást otázku: co to je? Je to něco, co se má stát? Je to intuice? A trvalo mi docela dlouho, než jsem si jednoho dne řekla:

„Dobrá, tohle už znám. Odkládám to.“ A od té chvíle se v mé mysli už nic takového neobjevilo.

Takhle naše mysl funguje, stále hraje nějakou hru. Pokud nemáme možnost sedávat po nějakou dobu na takovém klidném místě jako je toto, potom je velmi těžké svou mysl poznat.

To znamená studovat sám sebe. A studovat sám sebe, znamená zapomenout sám na sebe.

Zapomenout na sebe není projev nějaké neurotické poruchy, díky níž se vrhneme z okna. Naopak, jedná se přirozený proces, při kterém objevíme sebe sama a tak přestaneme být zaujati jen sami sebou. A zcela přirozeným způsobem začneme sami sobě věřit.

Všem těm myšlenkám typu typu: „Jak vypadám? Jak mě vidí ostatní lidé? Mají mě rádi? Nebo nemají?“ řeknete prostě: „Dost!“

Potom vás přestanou obtěžovat, a vy zanecháte toho neustálého posuzování. To je velmi důležité, protože teprve tehdy lze vidět věci nejen jako výtvořiny své mysli, ale takové, jaké skutečně jsou.

„Zapomenout na sebe znamená být osvícený všemi věcmi.“ Když tedy vidíte všechny věci takové, jaké jsou, potom jste jimi osvíceni.

Jsem si jistá, že každý z vás něco podobného prožil třeba při pohledu na západ slunce nebo na jinou úchvatnou scenérii, kdy byl plný úžasu: „Jééé!“ To se však stává jen tehdy, když člověk není zaujat jen sám sebou sebou.

Říkala jsi, že studovat sám sebe znamená zapomenout na sebe. Ale mně to připadá jako dvě zcela odlišné věci.

Ano, je to takový paradox a stejné je to i s mnoha ostatními věcmi. Znamená to, že když studuješ sám sebe, poznáváš se víc a víc a pak najednou je to zcela jasné...Když to takhle řekneme, vypadá to jako bychom chvíli nahlíželi dovnitř a najednou: Bum! a všechno je jasné. Ale tak to není, je to dlouhý proces. Proces otevírání se – pomalého otevírání a odkládání. Je to tak proto, že všichni jsme uzavřeni. Mnoho věcí nechceme vidět, pocítujeme je jako nepříjemné, bolestivé, bojíme se a nechceme zjišťovat jejich příčinu. Tak vlastně dochází k manipulaci, protože věci nenecháme vyjít na povrch a potlačujeme je – znova a znova, a ony tak zůstávají v zastrčeny našem podvědomí. A tak se to naše zavazadlo zvětšuje a těžkne.

Když sedíte v meditaci, tak se tomu neubráníte – všechny věci, které jsou ve vnitř vycházejí napovrch. Je to jako když se podíváte na kýbl s vodou, který stál dlouho venku – uvidíte v něm čistou vodu. Ale když vezmete klacek a vodou zamícháte, potom všechno, co bylo usazené na dně – bláto, listí, kamínky – vyplouvá na povrch.

To je meditace – zamíchat věcmi, které jsou skryté, a někdy hodně hluboko, a které začnou vyplouvat na povrch.

Lidé jsou z toho někdy zklamáni, protože přicházejí do zenového centra a od meditace očekávají klid, mír a uvolnění. Ale posadí se a všechno v jejich mysli se jim zdá ke zbláznění. Obvykle trvá nějakou dobu, než se to vše zklidní a než začneme jasně vidět své problémy a uvědomíme si, že se jimi musíme začít zabývat. Utíkat před svými problémy tak, jak to dělá většina lidí, nepomáhá, dříve či později nás naše problémy stejně dohoní.

Když cvičíte zen, vidíte sami sebe stále jasněji a jasněji. Zároveň získáváte i sílu, vaše centrum sílí. Právě jsme skončili třídní ústraní. Víte jít na ústraní to je stejné jako jít k zubaři – nikomu se tam nechce. Ale přitom není jiného východiska. Po ústraní se však můžeme cítit velmi uvolněně, neboť z toho našeho zavazadla už něco odpadlo a je lehčí. Dokonce i po tak krátkém ústraní můžeme mít příjemný pocit úlevy. Je až neuvěřitelné, jak najednou vše vidíme velmi jasně. Je nám se sebou dobře. A je to něco, co sami prožijeme a ne něco, co nám někdo jiný vysvětlil, nebo co jsme si přečetli v knihách. A tak si alespoň na okamžik uvědomíme vlastní svobodu, osvobození se od své karmy. To je nádherný pocit. Když potom pokračujeme, tak vaše karma ztrácí sílu a už nás tak neovládá. V té chvíli je to jako byste na sebe zapomněli.

Já mám takový problém, že když nějakou dobu praktikuji, tak začnu mít pocit, že je mi vše jasné a pak praktikovat přestanu. Za nějaký čas se vše vrátí, a tak znova začnu cvičit a nakonec z toho mám pocit, že s praxí začínám stále dokola. Není to tím, že mám špatný přístup?

Nemáš odhodlání. To je běžné. Lidé obvykle začnou cvičit, protože jsou nespokojení, mají nějaké trápení. Když se pak začnou cítit lépe, tak s praxí přestanou. Po nějakém čase se to vrátí jako na kole samsáry, vše jde dokola.

Jestliže někdo praktikuje přesto, že se má dobře, znamená to již vysokou úroveň praxe. Za dvacet let své práce jsem však mnoho takovýchto lidí nepotkala. Možná, že po dvaceti letech se stane přirozeným, že se ráno vzbudíte a praktikujete. Tehdy máte skutečnou víru. Důležité jsou tři prvky: velká víra, velká odvaha a velká otázka. V určitém bodě tyto tři věci konečně získáte. Ale jen málo lidem se podaří dostat se do tohoto bodu.

Většinou, když se k tomuto bodu přiblížíme, tak začneme hledat nějakou jinou techniku. Řekneme si: „Možná, že tahle praxe pro mě není.“ Stane se to tehdy když se dostaneme do bodu, kdy se díváme sami sobě tváří v tvář a vidíme, že musíme opustit tu představu, kterou o sobě máme, a kdy nám vlastně nezbývá než ji opustit, protože jinak se nepohneme dopředu. Tehdy dostaneme strach a objeví se myšlenka: „Aha, tak tahle praxe asi není pro mě.“ A obrátíme se k nějaké jiné technice, k jiné tradici. To se stává velmi často.

Když se mysl během meditace zklidní, tak se objeví moment, kdy má člověk pocit, že stojí na kraji útesu a má udělat krok vpřed. Tehdy se objeví strach, protože při tom má pocit, že se ztratí, nebo přijde o rozum. A tak udělá krok zpět.

Ano, to je přesně ten okamžik, o kterém jsem mluvila. Lze udělat jen jedno – prostě skočit.

Ale to už nikdy nebudeme takoví, jací jsme byli před tím (námitka tazatele).

Ne, to je jen představa. Šestý patriarcha řekl: „Původně zde nic není.“

Když se na sebe opravdu pozorně podíváme, uvidíme, že zde nic není a toho se bojíme, jak řekl zenový mistr Ko Bong: „Toho nic se bojíme nejvíce“. Jenže to nic není nic. Je to okamžik sjednocení se s celým vesmírem. A pak vlastně nemáte jen sami sebe, ale celý vesmír.

Naše ego však bojuje do poslední chvíle. Mně pomáhalo, když jsem si řekla: „Tak pojď, ukaž se.“

„Když se objevil ten strach, tak jsem se na něj prostě takto podívala a řekla mu: „Poděsem, co jsi zač, ukaž se mi.“ Pokud jste skutečně otevření a řeknete si, dobře, chci to uvidět, ať je to cokoli, chci to opravdu poznat, tehdy ten strach zmizí.

Vypráví o tom jeden hezký příběh, příběh o tibetském učiteli Marpovi, který šel na jednoroční ústraní o samotě. Samozřejmě byl na takovéto ústraní dobře připravený. Už byl ve své místnosti vše nachystáno, sedl si do meditace a nastalo nádherné samádhi... měl otevřené oči, a tak najednou si všiml, že rohu něco je. Podíval se pozorně, byl to démon. Á démon, s démony se dovedu vypořádat, řekl si. A začal opakovat mantru óm mani padme húm, óm mani padme húm....věděl, že, tahle mantra je silná, a že démon už musí být pryč. Podíval se, ale co nevidí: démon tam stále byl a ještě větší!

Znejistěl, co to má být? Pustil se tedy do zpěvu óm nam, óm nam...to je zpěv, který čistí celý vesmír. Zpíval ten zpěv velmi silným hlasem a po mnoho hodin. Tehdy nabyl jistoty, že démon již zmizel. Otevřel tedy oči a vidí obrovitánského a hroživého démona!

V tu chvíli vůbec nevěděl, co má dělat. Použil ty nejsilnější techniky k zahánání démona, ale nezabavil se ho. V mysli mu vytanula jediná otázka: „Co mám dělat?“ Ale absolutně nic ho nenapadlo, žádná myšlenka, bylo jenom nevím... a z toho nevím zcela intuitivně toho démona objal. A tehdy démon zmizel. Toto je vlastně jediný způsob, jak s tím naložit.

V životě se často nacházíme v situacích, kdy stojíme na pokraji útesu, ale jde o to, že nevíme, jestli ten krok, který uděláme bude krokem k objetí vesmíru, anebo krokem ke zřícení se z útesu.

Všichni bychom udělali ten krok k objetí démona, kdybychom věděli, že nás to nezničí. Jak to rozpoznat? Anebo je každý skok z útesu správný?

Samozřejmě, že ne. Důležité je, proč to děláš. Když něco vychází z malého já (z naší touhy, hněvu nebo nevědomosti) a chceš kvůli tomu skočit, potom samozřejmě dopadneš tvrdě.

Ale když důvod ke skoku vychází z velké víry, odvahy a otázky, potom ten skok bude znamenat krok vpřed.

Mám otázku ohledně sebevraždy. Ve škole se teď učím psychologii, sociologii, filosofii a teologii. A toto téma je v těchto oborech podle křesťanského názoru velmi dobře zpracované. Pohled buddhismu jsem si vyložil podle jednoho zenového příběhu. Jeden zenový mistr měl dva velmi

dobré žáky, obou si velmi cenil a měl je stejně rád. Jeden byl obrácený do světa, staral se o klášter, byl dobrý manager a dobrodinec. Druhého tyto věci příliš nezajímaly.

Když mistr umíral, předal jim oběma klášter s tisícem mnichů s tím, aby se mezi sebou domluvili. Ten druhý přenechal klášter tomu prvnímu řka: „Nech si klášter, já jdu dělat převozníka. A až narazíš na zralého žáka, pošli ho za mnou, abych splatil dluh svému učiteli.“ Uplynulo mnoho let, než jeden student poslaný z kláštera za převozníkem dorazí. Důležitý je rozhovor mezi tím studentem a učitelem. Ale mě na tomto příběhu zaujalo to, že ve chvíli, kdy student pochopí dharmu a konečně se mu rozsvítí, tak ten učitel vyskočí z loďky a zmizí pod hladinou. Prostě spáchá sebevraždu.

A já jsem z toho pochopil, že pokud člověk realizuje buddhovství, potom neexistují pravidla, zda zůstat na živu nebo ne, otázka zůstává otevřená. Jeden učitel, kterému zůstal klášter se ve světě stará a pomáhá, a ten druhý, stejně moudrý, odejde dobrovolně ze světa.

A moje otázka je: „Může osvícený zenový mistr spáchat sebevraždu?“

Vidíš ten učitel z toho mnoho let starého příběhu tě stále učí, klade ti velkou otázku. Je to tedy dobrá otázka právě pro tebe. „Proč ten velký zenový mistr skočil do řeky?“ To je velký koan.

Ještě by mě zajímalo, jaká byla tvoje praxe před tím, než jsi se stala učitelkou. Tehdy jsi se starala o malé dítě a zároveň jsi asi hodně cvičila – jak jsi to zvládala?

Měla jsem štěstí, protože jsem už tehdy žila v zenovém centru. Do centra jsem se nastěhovala, když mému staršímu synovi bylo 5 let. Další se narodil do roka. Mohla jsem se sem nastěhovat jen pod podmínkou, že budu opatkou centra. Neměla jsem na výběr, velmi jsem chtěla v centru bydlet, a tak jsem souhlasila.

Měla jsem sál dharmy hned ve vedlejší domě – v našem zenovém centru je jedna hlavní budova a další budova, ve které společně s několika dalšími residenty žiji.

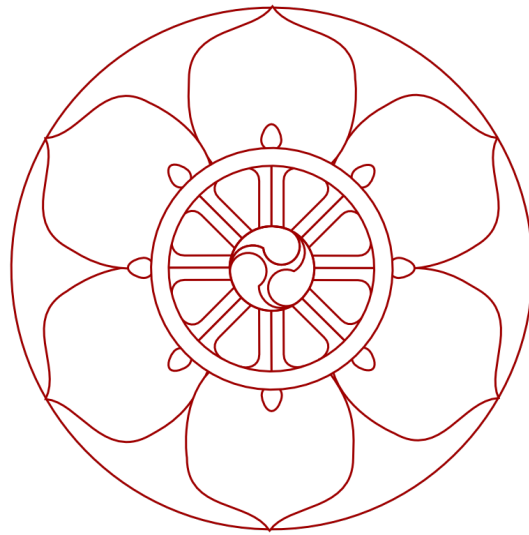
Tehdy jsme se s mým mužem střídali v hlídání našich dětí. Jeden den jsem na ranní praxi šla já a další den můj muž. Samozřejmě takový život není jednoduchý, je plný těžkostí. Člověk má málo soukromí, a když jste opatem, tak vás lidé pořád pozorují a posuzují.

Nebyl to snadný život, bylo zde mnoho smutných okamžiků, mnoho slz. Ale moje odhodlání, moje láska k praxi byla vždy nějak silnější než všechno ostatní. Vždy, když jsem vstoupila do sálu dharmy, jsem byla jako v nebi, byla jsem šťastná. Za to už jsem zaplatila vysokou cenu. Ale byla jsem připravená za to zaplatit. Můj muž na to připravený nebyl a odešel. Taková je svobodná volba. V zenovém centru žiji dodnes a neměnila bych. Vidím obrovskou hodnotu té praxe, vidím, jaká jsem byla před 20lety, jaká jsem teď, jak jsem se za ty roky proměnila. A nejen já, ale jak se mění i ostatní. To je jedna z nejúžasnějších věcí, být svědkem toho, jak se lidé vlivem praxe mění. Přijdou třeba jen na týdenní ústraní a jsou unavení, smutní a nešťastní, a nemají příliš pěkné tváře...

A po týdenním sezení dojde k velké proměně, jejich obličej začnou zářit, uvolní se, je to neuvěřitelné. To, co vidíte navenek se s nimi děje i ve vnitř. Stávají se krásnými navenek i uvnitř. Pro mě je to ta nejúžasnější věc, které mohu být svědkem. Je to takové kouzlo. A já mám ráda kouzla.

Děkuji vám za otázky. Přijďte do našeho zenového centra a cvičte společně s námi.

Ze zvukového záznamu přepsala Věra Hrušová.



Zenový mistr
Ji Kwang

Řeč dharmy při předání inka
MUKYONG JDPSN

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu.)

Ve 30. případě Mu Mun Kwanu se zenového mistra Matsua někdo ptá:

„Co je buddha?“

Mistr odpovídá:

„Mysl je buddha.“

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu.)

Ve 33. případě Mu Mun Kwanu, Matsu na stejnou otázku odpovídá:

„Žádná mysl, žádný buddha.“

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu a ukáže na oltář.)

Buddha je zlatý. Je to mysl nebo to žádná mysl není? Jestliže máte mysl, jak ji udržíte? Jestliže žádnou mysl nemáte, tak co?

KATZ!

V tomto sále dharmy je mnoho uší a očí.

Každý podléháme jiným emocím a náladám, máme různé touhy, různé obavy. Hodně času strávíme přemýšlením o budoucnosti, o které doufáme, že bude jiná, lepší, krásnější. Ale to je jen sen. Také hodně přemýšlíme o minulosti:

kde jsme udělali chybu, co špatného jsme způsobili, co jsme zmeškali. Ale to je také jenom sen.

Díku tomu všemu míváme jedinou skutečnost, která nám náleží – teď! Začátkem 80. let, kdy jsem začínal číst knihy o buddhismu, jsem měl k životu stejný přístup.

Jedna kniha na mě velmi silně zapůsobila a nepřestává na mě působit ani dnes: Avatamsaka sůtra.

Její jádrem je tato gátha: Jestliže chceš porozumět Buddhům minulosti, budoucnosti a přítomnosti, potom bys měl vidět, že přirozenost celého vesmíru je tvořena samotnou myslí.

Představte si to, stačí změnit svou mysl abychom byli svobodní nebo dokonce žili v ráji.

Není to úžasné! Všichni slovům této sůtry na jisté úrovni rozumíme. Když jsme šťastní a plni síly, potom se celý svět kolem nás stává radostným. Ale když je nám smutno nebo jsme v depresi, potom se nám dokonce i mraky zdají být smutné a déšť je jako pláč celého světa.

Vše je problémem a my jsme pasivními diváky světa, se kterým nemůžeme nic dělat.

Ale každý vytváří svůj vlastní svět. Mistr Matsu řekl: „Mysl je buddha,“ a také řekl: „Žádná mysl, žádný buddha.“ Obojí patří k jednomu bodu. Jestliže chcete tomuto bodu porozumět, musíte svou mysl vyhodit do koše. Hory, řeky, stromy, obloha nad námi žádné problémy nemají. Jsou vždy úplné. To, co vytváří problémy, je naše mysl.

V 80. letech, kdy jsem hledal nějakou meditující skupinu, jsem tomu zdaleka nerozuměl. Už jsem věděl, že pouhé intelektuální porozumění nestačí. Musím se pokusit udělat něco sám. Ale to nebylo snadné. Jsem od přírody velmi činorodý a energický. Moje žena mě někdy označuje za nervózního a neklidného druhu. Neuměl jsem si představit, že bych mohl po nějaký delší časový úsek sedět klidně na polštářku a nic nedělat. Vznešené ideály, na které učitelé meditace kladli důraz, jsem považoval za velmi vzdálené. Klidu a míru swámiů a mnichů jsem byl na hony vzdálen. Ale zkusil jsem to. Krátce před tím, než jsem to vzdal, jsem narazil na učitele zenové školy Kwan Um. Bylo to velmi zajímavé setkání. Tento učitel byl také velmi energický. S chutí organizoval, plánoval, hodně telefonoval. Vždy chodil rychle. Stále spěchal a dělal dlouhé kroky. To bylo první čeho jsem si všiml. Zúčastnil jsem se zenové praxe v Polsku, ve Varšavě. A shledal jsem zenovou praxi velmi zajímavou – nešlo o nic svatého, bylo to spíš naopak. Všichni dělali tolik poklon a tolik zpívali, až to

i na mě bylo moc! Bylo to tak odlišné od meditačních technik, které jsem do té doby vyzkoušel. V této praxi jsem našel skvělé využití pro svou energii.

Dnes tady před vámi stojím a přednáším tuto řeč dharma. Dostal jsem hůl a dlouhou červenou kasu. Někdo z vás by si mohl říct: „Čeho ten člověk dosáhl?“ Ničeho zvláštního! Tato zeď je bílá a tamhleta taky. Ale prožil jsem jednu zkušenost, která pro mě měla velký význam. Stalo se to v chrámu Ši Won Sa v Koreji. V roce 1993 jsem se zde zúčastnil devadesátidenního ústraní. Střídavě jsem tu míval dva skvělé dny a na to jeden hrozný den. To se zcela pravidelně opakovalo. Znova a znova. Během dobrých dnů bylo všechno nádherné. Byl tam takový klid a ticho – venku padal bílý sníh. Zpívali ptáci – bylo to nepopsatelně krásné! Jednou z mých povinností bylo udeřit každé ráno a večer do velkého chrámového zvonu. Každé ráno a večer zněl zvuk zvonu údolím. Dva dny šlo všechno hladce a třetí den bylo všechno k ničemu..

„Co tady proboha dělám? Copak jsem se zbláznil? Chci domů ke své milované ženě.“ Takto ten den probíhal a bývalo to i mnohem horší. A pokračovalo, až jsem to přestal rozpoznávat. Najednou to na mě nemělo žádný vliv. Zajímavé! Dny mýjely, má mysl se měnila, ale nebyly tu žádné překážky. Od té doby už to na mě nikdy nemělo žádný vliv.

Dříve, když jsem se hádal se svou ženou, hádka trvala vždy minimálně tři dny a potom následovaly tři týdny studené války. Nyní to vydrží jen tři hodiny. To není moc. Už to nedokáže otrávit celý den našeho života. To je význam slov „odhod' svou mysl“ – nic si nedrž. Nech to být, znova a znova. Něco takového se muselo stát i Bódhidharmovi. Mnozí z vás už ten příběh znají. Bódhidharma seděl v jeskyni v Sorinu, v Číně 9 let. Říká se, že se nadechoval jen 3 krát za hodinu a celých devět let vůbec nepil ani nejedl.

Jednoho dne za ním přišel mnich jménem Chui Ko. Stál před jeskyní a prosil:

„Mistře, prosím, uč mě!“ Ale Bódhidharma se ani nepohnul. Byla zima a sněžilo. Chui Ko opakoval svou prosbu. „Mistře, prosím, uč mě!“ Bódhidharma se stále nehýbal. Nakonec si mnich, aby ukázal svou upřímnost, usekl paži. A křičel bolestí: „Mistře, nemohu to vydržet! Prosím, uklidni mou mysl.“ Na to Bódhidharma odpověděl: „Kde je tvoje mysl?“ Mnich vykřikl:

„Nemohu svou mysl nikde najít.“ Na to Bódhidharma řekl: „Potom už jsem tedy tvou mysl uklidnil.“ Máte mysl? Kde je vaše mysl? To je velmi důležitá otázka.

Dnes tady stojím, pronáším tuto řeč a dostávám inka. Ale přitom nic nedostávám. Ve skutečnosti něco dávám. Vracím svým učitelům obrovský dluh.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu.)

Ať ve vaší mysli nic nezůstává.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu.)

Ať vaše mysl u ničeho nesetrvává.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, potom s ní udeří do stolu.)

Jenom to dělejte! Jak?

KATZ!

Děkuji, že jste přišli a poslouchali.

– Přeložila Věra Hrušová

Copyright © 2009 Kwan Um School of Zen

Hora je zelená a řeka teče
MUKYONG JDPSN (ROLAND WÖHRLE-CHON)

Jednou se naproti mně posadil starší muž. Podivně zapáchal. Cestující vedle něj si raději přesedli. Já jsem však zůstal na svém místě. Muž popíjel z láhve vysokoprocentního alkoholu a potom mi z ní nabídnul. Zdvořile jsem odmítl. Bylo zřejmé, že muž je osamělý a vyhledává kontakt. Začal vyprávět. Dozvěděl jsem se, že nemá žádný domov. Dříve však měl dokonce práci a ženu, kterou miloval. A tady ve městě jsou prý někde jeho děti, které již dlouho neviděl. Jednoho dne se však všechno změnilo... Naslouchal jsem mu, položil mu pár otázek. Svými nemotornými pohyby prstů a rukou mi předváděl své kouzelnické umění. Je to prý jeho koníček. „Je důležité mít nějaký koníček!“ říkal každému, kdo nastoupil do tramvaje. Chtěl jet do Schönefeldu, ale to teď vlastně bylo jedno. Jel potom se mnou dál až k mojí zastávce. Před tím než jsem vystoupil, přátelsky jsme se rozloučili. Zpozoroval jsem na sobě, že ho obdivuji za jeho bezstarostnost. Je to člověk jako každý jiný se svým příběhem, se svými touhami a plány, se svým pláčem i smíchem. Co je to být člověkem? Všichni říkáme „Já“. Ale rozumí někdo tomuto Já? V přírodě má vše svůj úkol. Tygr, had, květina, všichni rozumí své práci. Jen člověk jakoby nevěděl, proč přišel na tento svět – a tak pořád hledáme: sebe sama, naše předurčení nebo naplnění; všeobecně platná pravidla a normy: zákony, možnosti a původ; a stále znovu hledáme význam života a umírání, vysvětlení, smysl a lásku – každý svým vlastním způsobem. Někteří chtějí změnit svět. Někteří se starají jen o zábavu a konzum. Někteří z nás se spokojí jen s hezkými slovy nebo vědeckými teoriemi. Někteří se zamilují do hledání a zůstanou hledači. Někteří zapomenou, co je přimělo k hledání a co chtěli hledat. A jiní zase nechtějí nic. Kdyby tu nebyla taková připoutanost k jídlu, spánku, penězům slávy, sexu, k věcem, které nás vplétají zpět do života, které se týkají nás všech. Věci, kterými opět začíná naše dotazování a hledání...

Jeden moudrý člověk kdysi řekl:

„Hora je horou a řeka je řekou.“ To je bezpochyby pravda. Jasně zrcadlení skutečnosti. Ale jak se to stane? Jak to funguje a co znamená prožít tuto pravdu každodenním konáním?

Stačí říct: „Meloun je melounem?“ Když chce člověk vědět, co je meloun, potom musí vzít nůž, kousek melounu si uříznout a sníst: Aaaah, báječné – tak to je meloun. Kousnout, poslouchat, jednoduše udělat to, co je nutné! Musíme dosáhnout sebe sama, svého skutečného Já v tomto konkrétním momentě. To se podaří jen tehdy, když nevytváříme dobré a zlé, ani žádné mám rád a nemám rád. Potom je hora horou a řeka řekou. V okamžiku, kdy se vrátíme ke svému Já, poznáme: „Vše už je dokonalé, tak co by mohlo chybět?“ Pokud je tento okamžik jasný a ten příští také, potom bude náš život také jasný. Situace, náš vztah k situaci a naše konání. Život a konání jdou ruku v ruce s pravdou.

Vnitřní a vnější se stane jedním. Potom hora není jen horou a řeka není jen řekou, nýbrž čisté zrcadlení skutečnosti v nás: „Hora je zelená a řeka teče.“

Podobně: když potkáme člověka, který je v nouzi, potom se snažíme mu pomoci. V zenu to nazýváme velkým soucitem nebo velkou cestou bódhisattvy.

„S obnaženou hrudí, bosý přichází mezi lidi. Celý špinavý a umouněný od popela, usmívá se od ucha k uchu. Bez pomoci mystických sil přiměl suché stromy, aby kvetly.

Mít otevřenou náruč pro lidi a dělat, co je potřeba, pomáhat potřebným.

Bódhisattva přešel z velkého Ne do velkého Ano, a tak překonal všechny překážky. V bytí bódhisattvy se vše spojilo a vše se stalo živým. Hora je zelená a řeka teče, je vyjádřením velké lásky, velkého soucitu a velké cesty

bódhisattvy. Znamená to bytí v přítomnosti, bytí s ostatními a bytí pro druhé. Velký soucit nenacházíme jen v životopise Buddhy, Ježíše, Gándhího nebo Matky Terezy a mnohých dalších, jejichž jména tu nemůžeme jmenovat. Velký soucit je v každém z nás. Můžeme se dostat do podmínek, které nás postaví do situace, kdy beze strachu, otevřeně a empaticky přijmeme svět s otevřenou náručí.

Věnujeme se zenovému cvičení, abychom objevili náš potenciál, který pomůže zachránit všechny bytosti před utrpením. Cítících bytostí je bezpočet a my slibujeme, že je prostřednictvím všudypřítomné pravdy zachráníme. Sebeklamy jsou ustavičné, slibujeme všechny prohlédnout. Učení jsou nekonečná, slibujeme všechna poznat. Buddhova cesta je nepochopitelná, slibujeme jí dosáhnout. Prostřednictvím hledání pravdy, vzdání se nevědomosti a jejího překonávání vnášíme zpět do našeho života zářivou zkušenost pravdy. Pochopíme pak, že existuje nepřetržitě bez závislosti na ničem a vše je takové, jaké je:

„Hora je zelená a řeka teče.“

Jednoho dne byl v klášteře velký nepokoj: Mniši východního křídla se hádali s mnichy západního křídla o kočku. „To je naše kočka!“ „Ne, je naše, my ji každý den krmíme!“ Tak to šlo dál a dál. Než k nim přišel mistr Nam Cheon. Vzal kočku a zvedl ji do výšky. V druhé ruce držel nůž. Zvolal: Mniši! Dejte mi jedno slovo a ta kočka bude žít!“ Mniši nemohli přijít na to slovo, a tak kočka zemřela.

(14. brána Wu-Men Kuanu)

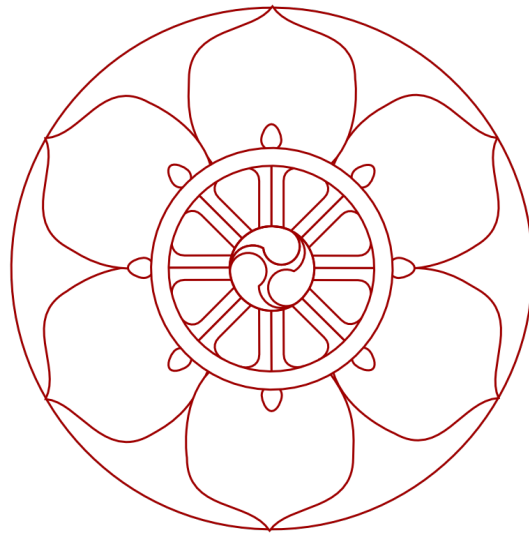
Jak můžete zachránit tu kočku?

Zenová zkušenost se musí spojit s moudrostí, aby se projevila v našem konání. Potom můžeme zachránit kočku. Mistr Nam Cheon až do dnešního dne zvedá ruku a praví:

„Dejte mi jedno slovo!“

– Přeložila Barbora Stojaspalová

Copyright © 2009 Kwan Um School of Zen



*Zenový mistr
Andrzej Piotrowski*

Řeč dharmy při otevření zenového centra v Praze
Řeč dharmy u příležitosti otevření nového zenového centra v Praze, 7. října 2007

(Udeří zenovou holí do stolu.)

Toto je pravý domov Buddha.

(Udeří zenovou holí do stolu.)

Toto je pravý domov Dharmy.

(Udeří zenovou holí do stolu.)

Toto je pravý domov Sanghy.

Řekněte mi tedy: Kde je ten pravý domov těchto třech klenotů?

KATZ!

(Hovoří polsky): Jsme tu společně v tomto pěkném pražském zenovém centru, a já jsem velmi rád, že se tu s vámi setkávám. (Oleg překládá do slovenštiny.) Překlad prosím. (Smích z publika.) Ach, ok, pardon. (Smích) (Pokračuje anglicky): Jsme tedy v hezkém pražském zenovém centru, a je velmi příjemné všechny vás tu potkat. Gratuluji k získání nového zenového centra, i když ve skutečnosti to není nové zenové centrum. Je to reinkarnace toho starého centra, jelikož jméno se nemění. A jméno vašeho zenového centra je překrásné. Pokud vím, jmenuje se Soeng Kwang Sah. Soeng Kwang znamená podstata světla. A světlo je přirozeným průvodcem všech, kdo hledají cestu. A tak Soeng Kwang Sah je novým zářícím bodem na mapě světa. Takové zářící body potřebujeme, abychom našli svou cestu. Buddha řekl, že lidské bytosti původně nemají žádný význam, žádný směr a žádný smysl. A díky jeho učení můžeme z tohoto nedostatku významu učinit velký význam. Z nedostatku směru velký a pravý směr. A proto potřebujeme tyto zářící body na mapě světa. Jinak jsme ztraceni. Jednou řekl zenový mistr Un Mun svým studentům: „Tento svět je otevřený a rozlehlý. Proč si oblékáte meditační šaty, když zaslechnete zvuk zvonu?“ Mohli bychom se zeptat stejně jako Un Mun:

„Tento vesmír je široký a otevřený. Proč vytvářet zenové centrum?“

Široký a otevřený znamená, že všechno je úplné a volné, bez překážek. Vše je od samého začátku prosyceno buddhovskou přirozeností. A celý vesmír je opravdu velkým a úžasným zenovým centrem. Toto zenové centrum není třeba otevírat. Protože nikdy nebylo zavřené. Ale já vím, a vy také, že toto jsou jen konejšivá slova. Bohužel se cítíme trochu oddělení od toho širokého, otevřeného domova. A proto je nutné užívat těchto šikovních prostředků, jako je vytváření zenových center, abychom našli svou původní cestu. Nakonec zjistíme, že celý vesmír je naším domovem a že celý vesmír je naším zenovým centrem. A tak prosím, starejte se o toto místo. Je to veliký poklad. Pokud chcete, aby vás toto ! místo podporovalo, musíte jej taktéž podporovat. Příčina a následek v tomto světě fungují zcela jasně. Pokud jej nebudete podporovat, také jím nebudete podporováni. Toto místo je velmi, velmi výjimečné. Je to domov sanghy. Zde můžete najít zrcadlo, v němž naleznete sami sebe. Svou pravou tvář. Proto prosím, starejte se. Ze všech svých sil o toto místo pečujte. Přeji si, aby tak činili všichni. Ok?

Věra řekla jednu zajímavou věc: Že Gate Gate Paragate znamená přesun z jednoho břehu na druhý. Když se budeme zabývat významem této mantry, budeme doufat, že jakmile toho druhého břehu dosáhneme, můžeme odpočívat a přestat dále pracovat. Ale jak sami vidíte, dosažením druhého břehu nic nekončí. A stále máme spoustu práce. Protože cítících bytostí je bezpočet, a my věříme, že je všechny zachráníme. Směřování tohoto místa je tedy přesně takové. Nepřestávejte pracovat,

najděte zde útočiště a udělejte z něj útočiště i pro ostatní. A zkoušejte, zkoušejte, zkoušejte, deset tisíc let. Ještě jednou gratuluji.

(Třikrát udeří zenovou holí do stolu.) Je to otevřené nebo zavřené? Řeknete-li, že otevřené, udeřím vás třicetkrát. Řeknete-li, že zavřené, také vás udeřím třicetkrát. Co uděláte?

KATZ!

*Nic nedělejte. Užívejte toto místo a praktikujte zde.
Děkuji za pozornost.*

– Přeložila Lucie Hanigerová

Copyright © 2009 Kwan Um School of Zen

Řeč při předání inky

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)
 Přicházení s prázdnýma rukama je odcházení s prázdnýma rukama.
 Odcházení s prázdnýma rukama je přicházení s prázdnýma rukama.
 (Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)
 Původně — žádné přicházení, žádné odcházení.
 (Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)
 Přicházení s prázdnýma rukama je přicházení s prázdnýma rukama, odcházení
 s prázdnýma rukama je odcházení s prázdnýma rukama.
 Které z těchto tří tvrzení je pravdivé? Jestliže na to přijdete, tak vás tato hůl
 třicetkrát udeří. Jestliže na to nepřijdete, rovněž dostanete třicet ran.
 Co můžete udělat?
 KAAATZ!

Dnes jsme se zde sešli, abychom se zúčastnili této ceremonie, a po té, co skončí, toto místo opustíme. Velice vám všem děkuji, že jste přišli. Rád bych vyjádřil vděčnost svým učitelům; nade vše zenovému mistrovi Seung Sahnovi, který založil Zenovou školu Kwan Um a naplnil ji duchem svého učení; zenovému mistrovi Wu Bongovi za jeho vedení a záštitu a Aleksandre Porterové JDPSN, která vždy byla příkladem praxe, moudrosti a jasného učení. Rád bych rovněž poděkoval Grazyně Perlové JDPSN a všem dalším učitelům, se kterými jsem měl příležitost cvičit. Dnešní ceremonie poukazuje na velkou práci života a smrti. Náš život je velmi krátký. Mohl bych říci, že včera jsem byl dítětem, dnes jsem dospělý, zítra budu starcem a další den že budu muset přírodě vrátit toto půjčené auto (svě tělo). Když vstupujeme do tohoto světa, máme pouze prázdné ruce, a když svět opouštíme, tak také s prázdnýma rukama. Tady nejde o zvláštní objev buddhismu, je to základní pravda naší lidské existence. Všichni tomu rozumí. Porozumění ale nestačí, a tak jádrem naší praxe je použít svých prázdných rukou, dát jim práci a využít svůj život. To znamená dosáhnout osvětlení a pomoci světu. Naše praxe je něčím velmi vzácným a hodnotným, protože se chopí této práce přímým vypořádáním se s naší nejhlubší úzkostí a otázkou v našem životě: „Kdo jsem?“. Náš svět obvykle odvádí naši pozornost od této otázky. V Chrámových pravidlech nalezneme: „Jestliže neotevřeš svou mysl v tomto životě, nebudeš schopen strávit jedinou kapku vody. Lidské bytosti nemohou dosáhnout pravého štěstí bez porozumění sobě samým. Také jsem léta bloudil veden touto úzkostí a dostal jsem se velmi blízko k zničení vlastního života. Nakonec jsem pochopil, že jediná věc, která by mi mohla pomoci, je hluboká proměna způsobu, jakým vedu život. Pak jsem přišel do varšavského zenového centra a poslechnul jsem si učení zenového mistra Seung Sahna. Byl to velký objev. Jedno polské rčení praví: „Je to, jako když se člověk ztratí ve velkém městě, a najednou na ulici potká své rodiče.“ Měl jsem podobnou zkušenost. Cítil jsem se jako auto, které bylo po nehodě odvezeno do nejlepší opravny. Na Buddhovu dharmu se můžeme dívat jako na druh léku, který může způsobit uzdravení. Její úloha je proměnit mysl nevědomosti a utrpení Na mysl štěstí a osvětlení. Dnes tyto prázdné ruce dostávají zenovou hůl, což znamená novou práci. Také to znamená, že se znovu stávám žákem, protože čení zenového mistra Seung Sahna říká, že všechny věci jsou našimi učiteli. Naše práce neskončí tak dlouho, dokud cítící bytosti budou trpět. Cíl naší praxe není nikdy oddělen od toho, čím právě jsme, a přesto je nezávislý na prostoru a čase. Komentář k jednomu kóanu z Mu Mu Kwan říká:

„Ještě před tím, než udělal první krok, dorazil na místo; ještě předtím, než otevřel ústa, dokončil řeč.“ Kompas zenu rovněž tvrdí, že bez kultivace jste již úplní.

Nicméně všichni zakoušíme karmické vlny, které stíní naši původní čistou mysl, a proto je nutné pokračovat v praxi. Jejím palivem je horlivost.

Jednou během rozhovoru se zenovým mistrem Wu Bongem jsem ze sebe vychrlil všechny své problémy. Trpělivě mne vyslechl a po chvíli ticha vytáhl talíř s čokoládovými koláčky – dobrý způsob jak uklidnit děti, a v tomto případě velmi účinný. Pak pravil:

„Nevím o zkratce, ale vím, že naše praxe funguje. Musíš být trpělivý a vytrvat.“ Ta vytrvalost je jako zahřívání ledu, kterým je naše karmická mysl. Jak naše praxe zraje, tak se ledová kostka zmenšuje a zmenšuje, až se stane vodou, pak párou a nakonec zmizí. Pak se objeví ta jedna čistá a jasná věc, která nezávisí na životě a smrti. Říkáme jí právě já. Potom je možné pomoci světu. Nemusíme se již dále starat o své prázdné ruce. Stále mají spoustu práce.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)

Jestliže máte velkou víru, dosahujete Cesty.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)

Jestliže máte velkou odvahu, dosahujete Pravdy.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu, pak udeří holí do stolu.)

Jestliže máte velkou otázku, dosahujete Správného života.

Cesta, Pravda, Správný život – jsou jedním nebo se liší?

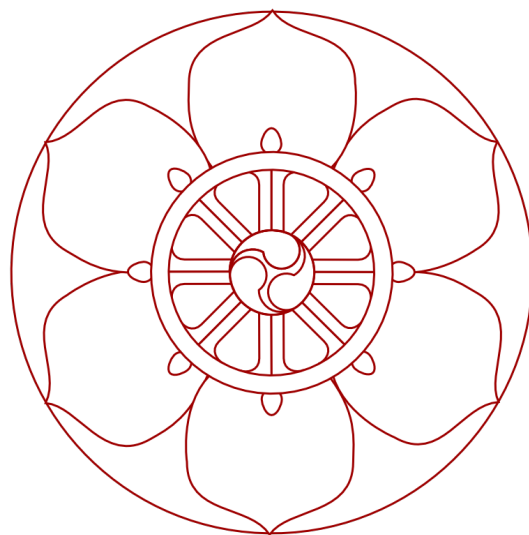
KAAATZ!

Venku za oknem poslední denní paprsky. Uvnitř mnoho jasných přátelských tváří.

Co pro vás mohu udělat?

– Přeložil Jindra Koubek

Copyright © 2009 Kwan Um School of Zen



*Zenový mistr
Andrzej Piotrowski*

*Řeč při předání inky**3. 5. 2008 v berlínském zenovém centru**(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)**Zen znamená být svobodný od života i smrti.**(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)**Sútra srdce říká: Není žádné stáří, ani smrt, žádné dosažení, ani nic k dosahování.**(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)**Pokud zde však nic není, od čeho se máme osvobodit? Čeho musíme
dosáhnout?**Kaaatz!*

Obloha je modrá a my zde společně sedíme. Děkuji vám, že jste přišli na ceremonii.

S buddhismem jsem se setkala poprvé, když mi bylo devatenáct let. Bylo to na začátku mých studií na univerzitě. Tehdy jsem potkala na kolejích svoji kamarádku. Řekla, že toho dne večer pojedete ještě s dalšími studentkami z jejich buddhistického kroužku do buddhistického chrámu. Řekla, že si tam dají společnou večeři a potom si budou povídat. Pomyslela jsem si, že bych chtěla jet s nimi. Jely jsme tedy společně do chrámu, který byl postaven na hoře poblíž Soulu. Po večeři nás opat chrámu svolal do sálu dharmy. Poté, co jsme se všechny sešly v sále, ctihodný opat řekl:

„To je skvělé, že se mladí lidé jako vy zajímají o buddhismus. Dnes je úplňková noc. A jak jistě víte, praxe za úplňku účinkuje dvakrát silněji. Proto navrhuji, abychom tuto noc udělali společně 3000 poklon.“ Nikdo se neodvážil odporovat. Nejprve mi však museli ukázat, jak se něco takového jako „poklona“ dělá. Opat nám také doporučil, abychom při každé pokloně nahlas pronesli:

„Prosíme, převed' nás na druhý břeh.“ Do svítání jsem tedy udělala 3000 poklon. Z chrámu jsem se vyplazila po čtyřech a nějak se dostala domů. Více jak jeden týden jsem nemohla udělat jediný krok, aniž bych necítila bolest. Asi po dvacáté pokloně jsem si tehdy řekla:

„Ne, já už nemůžu, je to příliš namáhavé.“ S železnou vůlí jsem to ale vydržela a dělala další poklony z jediného důvodu, kterým byla právě ona věta,

„Prosíme, převed' nás na druhý břeh.“ Nevěděla jsem sice úplně přesně, co se tím druhým břehem myslí. Ale věděla jsem dost na to, abych pochopila, že je to něco neobyčejného, zvláštního a nového, něco, po čem jsem už dlouho silně toužila.

Během svého mládí a i v pozdějších letech jsem byla spíše velmi depresivní člověk. Myslela jsem si, že vše je stále jen opakováním toho samého a naše existence tedy nemá žádný smysl. Byla jsem vážně přesvědčena o tom, že si vezmu život. Pak mě ale napadlo, že jsem ještě nezkusila všechno.

Ve filmech a v literatuře se oslavovala erotická láska. Pomyslela jsem si, před tím, než zemřu, vyzkouším to. O pár let později jsem začala cvičit jógu a hinduistickou meditaci v Indii. Hinduisté věří tomu, že pokud chce člověk dosáhnout absolutna, měl by praktikovat askezi a zdrženlivost. S mužem jsme tehdy delší dobu žili jako bratr a sestra. To vše bylo tehdy projevem mého zoufalého hledání smyslu života. Nevím, čím jsem si v životě zasloužila všechno to dobré a krásné. Poznala jsem zenového mistra Wu Bonga a krátce poté i zenového mistra Seung Sahna a jeho učení. Jeho „Ničeho se nedrž!“ bylo jako ostrý meč, který odtínal všechny mé fantazie, myšlenky a touhy. Brzy poté jsme s manželem proměnili náš byt v zenové centrum. Nad zenovým centrem bydlela jedna stará paní.

Vlastně jsem ji skoro nepotkávala. Vídala jsem jen její starší dceru a tu jsem

občas i navštěvovala. Jednoho dne, když jsem procházela kolem jejich dveří, slyšela jsem tiché kňourání:

„Pust' mě odsud ven!“ Zeptala jsem se: „Co se vám stalo? Zamknul vás někdo? Jak vám mohu pomoci?“ Ale ona na mé otázky skoro nereagovala a stále jen opakovala tu samou větu jako nějakou mantru.

Po nějaké chvíli to přestalo. Příští den jsem v jejich bytě zaslechla nějaký rámus a bušení. Zřejmě tloukla nějakou holí do dveří. Přitom hlasitě křičela, ječela a vzlykala:

„Pust' mě odsud ven!“ Už jsem málem zavolala policii. Myslela jsem si, že se tam musí dít nějaké bezpráví. Když jsem pak uviděla její dceru pospíchat po schodech nahoru, zakřičela jsem na ni: „Jak jste si mohla dovolit zamknout svoji starou matku v bytě?“ Nato se na mě nechápavě podívala a odvětila:

„Za těmi dveřmi přece nikdo zamčený být nemůže“. Tento typ dveří má prý totiž zámek se zástrčkou, to znamená, že se mohou otevírat pouze zevnitř. Kdyby někdo chtěl dveře otevřít zvenku, potřeboval by klíč. Takže ta stará paní se zamknula sama! O několik dní později byla odvezena na psychiatrii.

Při jedné meditaci jsem dospěla k poznání, že tím svým neustálým hledáním absolutna na tom nejsem nijak jinak než ta stará paní. Chtěla jsem se dostat na druhý břeh, a proto mých 3000 poklon bylo jako výkřiky té staré paní. Když se člověk podívá pozorněji, tento svět je jako jeden veliký blázinec. Každý si buduje své vlastní vězení. Zamykáme se sami dvojitými a trojitými závorami a křičíme, že chceme svobodu. Tato vězení se jmenují: Vězení osvícení, vězení svobody, vězení dokonalosti. Jakmile vytvoříme myšlenku svobody, ve stejném momentě už jsme nesvobodní. Ve chvíli, kdy myslíme na dokonalost nebo na osvícení, stáváme se nedokonalými a neosvícenými. Zde začíná proces, ve kterém se honíme za svými myšlenkami. To, co náš duch vytváří, nám připadá tak reálné, že to chceme bezpodmínečně dosáhnout a realizovat. Ale učení zenového mistra Seung Sahna je velmi jednoduché. Učil nás, že máme všechno pustit. Když všechno pustíme, potom je všechno tak, jak je, dokonalé a úplné. Nemusíme tedy bezpodmínečně spěchat z jednoho křolče na druhé a dělat tisíce poklon. Musíme jednoduše opustit naše myšlenky a představy.

Potom opustíme i naše vězení a dveře se otevrou a my uvidíme všechno čistě. Je to ta nejlepší pomoc, jakou můžeme dát světu. Nemusíme se ani ptát

„Jak ti mohu pomoci?“ Toto je největším přínosem pro tento svět.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)

V tomto bodě existuje svoboda od života a smrti.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)

V tomto bodě není ani svoboda, ani život a smrt.

(Zvedne zenovou hůl nad hlavu a udeří jí do stolu)

Zenový mistr Ko Bong řekl, že pokud z tohoto bodu uděláš ještě jeden krok kupředu, jsi mrtvý. Když půjdeš o krok zpět, potom také zemřeš. Nesmíš ale setrvávat v tomto bodě. Nikdo ti nemůže pomoci. Jak zůstaneš na živu?

Takže, jak můžeme zůstat na živu?

Kaaatz!

Moje řeč právě skončila. Děkuji vám za pozornost.

– Přeložila Barbora Stojaspalová

Copyright © 2009 Kwan Um School of Zen

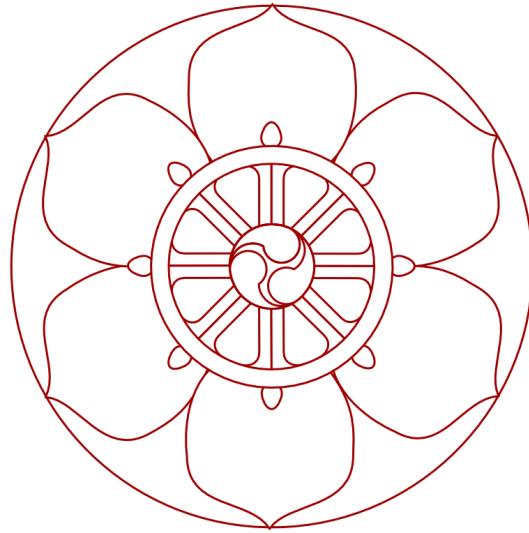
Pochvalný zpěv zazenu mistra Hakuina

Od počátku jsou všechny bytosti buddhou.
 Jako voda a led,
 Bez vody není ledu,
 Tak mimo nás nejsou žádní Buddhové.
 Jak blízko jsme pravdě
 A jak daleko hledáme,
 Jako člověk ve vodě, který křičí "Žízním!"
 Jako dítě narozené v bohatství
 Které chodí po této zemi chudobné,
 Bez konce chodíme v kruhu mezi šesti světy.
 Z klamu ega vychází
 naše utrpení.
 Z jedné temné cesty na druhou jdeme temnotou –
 Jak vysvobodíme se z kola samsáry?
 Branou ke svobodě je samádhi zazenu –
 Za vši chválou a velebením,
 Je čistá Mahajána.
 Následování předpisů, pokání a štědrost,
 Bezpočet dobrých skutků a cesta správného žití
 To vše vychází ze zazenu.
 Jedno skutečné samadhi zháší zlo:
 Čistí karmu. Rozpouští překážky.
 Kde jsou pak temné cesty, které by nás vedly na scestí?
 Čistá země lotosu není daleko.
 Když tuto pravdu slyšíme s pokorou a vděkem v srdci,
 Chválíme-li ji a objímáme, praktikujeme její moudrost,
 Dostane se nám nekonečného požehnání a mnoha zásluh.

Když se obrátíme dovnitř a přesvědčíme se o své pravé přirozenosti –
 Toto pravé já je ne-já,
 Naše vlastní Já je ne-já –
 Jdeme za ego a moudrá slova minulosti.
 Brána k jednotě příčiny-a-následku
 Je otevřena dokořán.
 Ne dvě a ne tři, ale přímo vpřed vede Cesta.
 Naše forma je teď ne-formou,
 Odcházením a přicházením nikdy neopustíme domov.
 Naše myšlenka je teď ne-myšlenkou,
 Náš tanec a naše písně hlasem Dharmy.
 Jak nesmírné je nebe neomezeného samádhi!
 Jak jasný a čirý měsíční svit moudrosti!
 Co nám tedy schází?
 Nirvána se otevřeně ukazuje před našima očima.

Tato země, na které stojíme je čistou zemí lotosu,
A toto tělo je tělem Buddha.

Překlad Petr Němčanský



JDPSN
Mjong Oh Sunim

Otevřená mysl

Z workshopu, který proběhl v rámci konference Celý svět je jedna květina.

Kdysi byla v jednom malém městě velká povodeň. Záchranáři vyzývali všechny k odchodu, jeden muž si však stále trval na svém – jeho prý vede pouze Bůh a on ví, že Bůh ho zachrání. Odmítl s ostatními odejít.

Za nějaký čas voda stoupla a muž vylezl na střechu. Kolem domu projel člun a lidé na muže volali: „Naskoč! Rychle!“

„Ne,“ řekl muž, „Bůh se o mne postará.“ A člun odplul pryč. Voda opět stoupla a muž vylezl na střeše ještě výš. Začal být trochu nervózní. Přiletěl vrtulník a pilot na muže zavolal: „Rychle! Naskoč!“

„Ne, díky,“ řekl muž. „Bůh se o mě postará.“ A vrtulník odletěl. Nakonec voda zalila celý dům a muž utonul.

Když přišel do nebe, položil Bohu takovouto otázku: „Celý život jsem v tebe věřil. Proč jsi mi nepomohl?“

„O čem to mluvíš?“ zeptal se Bůh. „Poslal jsem ti záchranáře, člun a nakonec i vrtulník!“

Bůh, to není jenom křesťanský nebo židovský Bůh – je to také Absolutno, Mysl, Universum, Pravé Já, nazývat to můžeme jakkoli. Tento příběh říká, že když si přivoláme na pomoc své pravé „já“ – silnou praxí, udržováním mysli „nevím“ a používáním technik jako sezení, zpěvy, mantry – pomoc se v nějaké formě vždycky objeví. Nezahazujme ji jen proto, že na sobě zrovna nemá velkou nálepku „ZEN“ či „Kwan Seum Bosal“.

Kwan Seum Bosal může mít také podobu přítele, knihy, televizního programu, rabína, může to být i dobrý nápad. Budte pozorní, bez předsudků a mějte mysl stále otevřenou. Pak dokážete porozumět zprávě bódhisattvy Kwan Seum Bosal a dotknout se jedné z tisíce rukou, které jsou k vám nataženy.

– Přeložil Jirka Lněnička

© Zenová škola Kwan Um 2008